

LITERATUR REVIEW
HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI TAHUN 2020



Oleh :
IDA AYU PUTU APSARI DEWI
P07120216078

POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2020

LITERATUR REVIEW
HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI TAHUN 2020

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan Keperawatan



Oleh :
IDA AYU PUTU APSARI DEWI
P07120216078

POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2020

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI TAHUN 2020**

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

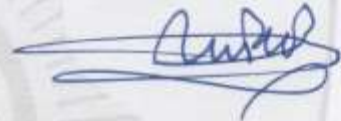
Pembimbing Utama :



I DW. Pt.Gd.Putra Yasa,S.Kp.,M.Kep.,Sp.,MB

NIP.197208141994021001

Pembimbing Pendamping :



Ns. Ni Made Wedri,A.Per.Pen.,S.Kep.,M.Kes

NIP.196106241987032002

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



I DW. Pt.Gd.Putra Yasa,S.Kp.,M.Kep.,Sp.,MB

NIP.197208141994021001

**LEMBAR PENGESAHAN
LITERATUR REVIEW**

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI TAHUN 2020**

TELAH DI UJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SENIN

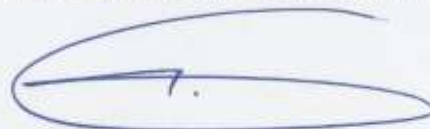
TANGGAL : 04 MEI 2020

TIM PENGUJI :

1. I Ketut Suardana, SKp.,M.Kes (Ketua) 
2. I Made Sukarja, S.Kep.,M.Kep (Anggota I) 
3. I DW. Pt.Gd.Putra Yasa,S.Kp.,M.Kep.,Sp.,MB (Anggota II) 

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



I DW. Pt.Gd.Putra Yasa,S.Kp.,M.Kep.,Sp.,MB

NIP.197208141994021001

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ida Ayu Putu Apsari Dewi
NIM : P07120216078
Program Studi : S.Tr Keperawatan
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2020
Alamat : Br. Nyanglan Kaja, Ds. Bangbang, Kecamatan
Tembuku, kabupaten Bangli

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Literature review dengan judul Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah Pada pasien Hipertensi adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa literature review ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, **MGI** 2020



Ida Ayu Putu Apsari Dewi
NIM. P07120216078

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI

ABSTRAK

Tekanan darah tinggi (hipertensi) dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner dan gagal ginjal, dimana penyakit jantung iskemik dan stroke merupakan penyebab kematian terbesar di dunia. Menggunakan 4 database (Pubmed, E-Resource, Portal Garuda, dan Google Scholar) yang dicari antara tahun 2013 sampai 2019 berupa laporan hasil penelitian dan review yang membahas hubungan aktivitas fisik dengan tekanan darah pada pasien hipertensi. Kata kunci aktivitas fisik, tekanan darah dan pasien hipertensi digunakan untuk mencari pada database elektronik. Didapatkan 13 jurnal dari hasil pencarian menggunakan kata kunci tersebut. Kemudian setelah dilakukan seleksi isi jurnal diperoleh 12 jurnal yang sesuai dengan pembahasan aktivitas fisik dengan tekanan darah pasien hipertensi. Kemudian setelah dilakukan seleksi isi jurnal diperoleh 6 jurnal yang sesuai dengan pembahasan aktivitas fisik dengan tekanan darah pada pasien hipertensi. Dari 6 jurnal yang digunakan menyatakan bahwa aktivitas fisik dapat menurunkan tekanan darah menjadi normal. Hasil penelitian hubungan aktivitas fisik dengan tekanan darah didapatkan rata-rata responden ringan yaitu 40,2 (83,1%), sedang yaitu 34,2 (62,4%) dan berat yaitu 24,4 (32,6%), ringan yaitu 36,5 (56,2%), sedang yaitu 32,6 (54,3%) dan berat yaitu 34,8 (44,2%). Ada hubungan aktivitas fisik dengan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan rata – rata $p\ value = 0,00$ ($p < 0,05$) dan nilai $r = 0,339$

Kata Kunci : aktivitas fisik, tekanan darah, pasien hipertensi

THE RELATIONSHIP OF PHYSICAL ACTIVITIES WITH BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS

ABSTRACT

High blood pressure (hypertension) can increase the risk of complications such as stroke, coronary heart disease and kidney failure, where ischemic heart disease and stroke are the biggest causes of death in the world. Using 4 databases (Pubmed, E-Resource, Garuda portal, and Google scholar) that were searched between 2013 and 2019, they were research reports and reviews that discussed the relationship of physical activity with blood pressure in hypertensive patients. Keywords physical activity, blood pressure and hypertension patients are used to search the electronic database. Found 13 journals of search results using these keywords. Then after selecting the contents of the journal obtained 12 journals in accordance with the discussion of physical activity with blood pressure in hypertensive patients. Then after selecting the contents of the journal obtained 6 journals in accordance with the discussion of physical activity with blood pressure in hypertensive patients. From 6 journals that are used states that physical activity can reduce blood pressure to normal. The results of the study of the relationship of physical activity with blood pressure found an average of mild respondents that is 40.2 (83.1%), moderate is 34.2 (62.4%) and severe is 24.4 (32.6%), mild namely 36.5 (56.2%), moderate is 32.6 (54.3%) and heavy is 34.8 (44.2%). There is a relationship between physical activity and blood pressure in hypertensive patients with an average ρ value = 0.00 ($\rho < 0.05$) and r value = 0.339

Keywords: physical activity, blood pressure, hypertension patients

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena atas berkat asung kerta wara nugraha-Nya, peneliti dapat menyusun proposal yang berjudul **“Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Tahun 2020”** tepat pada waktunya dan sesuai dengan harapan.

Literatur review ini dapat terselesaikan bukanlah semata - mata atas usaha sendiri melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP., MPH selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan menempuh program pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan di Politeknik Kesehatan Denpasar Jurusan Keperawatan.
2. Bapak I Dewa Putu Gede Putra Yasa, S.Kp., M.Kep., Sp.MB selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar sekaligus pembimbing utama yang telah memberikan masukan dan pengetahuan dalam menyelesaikan literature review ini.
3. Ibu N.L.K. Sulisnadewi, M.Kep., Ns., Sp.Kep.An. selaku Ketua Program Studi D- IV Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan selama pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.

4. Ibu Ns. Ni Made Wedri,A.Per.Pen.,S.Kep.,M.Kes. selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan pengetahuan dalam menyelesaikan literature review ini.
5. Bapak dan Ibu pembimbing mata kuliah Keperawatan Riset yang telah memberikan ilmu yang dapat digunakan dalam penyusunan literature review ini.
6. Keluarga, kerabat serta sahabat peneliti yang telah memberikan dorongan dan inspirasi.
7. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan penelitian ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Kemajuan selalu menyertai segala sisi kehidupan menuju ke arah yang lebih baik, karenanya sumbang saran untuk perbaikan sangat peneliti harapkan dan semoga literature review ini bermanfaat bagi pемbanca dan peneliti selanjutnya.

Denpasar, Juni 2020

Peneliti

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang Masalah	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penulisan	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
E. Metode Literatur Review	Error! Bookmark not defined.
BAB II	Error! Bookmark not defined.
HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil	Error! Bookmark not defined.
1. Aktivitas fisik pada pasien hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2. Tekanan darah pada pasien hipertensi	Error! Bookmark not defined.
3. Hubungan aktivitas fisik dengan tekanan darah pada pasien hipertensi	Error! Bookmark not defined.
Error! Bookmark not defined.	
B. Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
1. Aktivitas Fisik	Error! Bookmark not defined.
2. Tekanan Darah	Error! Bookmark not defined.
3. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
Error! Bookmark not defined.	
BAB III	Error! Bookmark not defined.
A. Simpulan	Error! Bookmark not defined.
4. Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
Lampiran	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Aktivitas fisik pada pasien hipertensi berdasarkan penelitian	10
Tabel 2 Tekanan darah pada pasien hipertensi berdasarkan penelitian	12
Tabel 3 Hubungan aktivitas fisik dengan tekanan darah berdasarkan penelitian.....	13
Tabel 4. Klasifikasi aktivitas fisik berdasarkan intensitasnya	17
Tabel 5. Aspek aktivitas fisik berdasarkan frekuensinya.....	18
Tabel 6. Klasifikasi tekanan darah pada penderita hipertensi.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penelitian yan telah ditelah mengenai hubungan aktivitas fisik dengan tekanan darah pada pasien hipertensi.....	33
--	----

