

**HUBUNGAN LAMA MENDERITA HIPERTENSI DAN
AKTIVITAS FISIK DENGAN RISIKO JATUH PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS
CILACAP SELATAN I**

SKRIPSI



Oleh :

**SUCI PURNAMA WATI
NIM. 108 222 079**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AL IRSYAD
CILACAP
2024**

**HUBUNGAN LAMA MENDERITA HIPERTENSI DAN
AKTIVITAS FISIK DENGAN RISIKO JATUH PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS
CILACAP SELATAN I**

SKRIPSI



Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Keperawatan (S. Kep)Pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu
Kesehatan Al-Irsyad Cilacap

Oleh :

**SUCI PURNAMA WATI
NIM. 108 222 079**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AL IRSYAD
CILACAP
2 0 2 4**

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : SUCI PURNAMA WATI

NIM : 108 222 079

Tanda Tangan :

Tanggal : Januari 2024



HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Al-Irsyad Cilacap, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : SUCI PURNAMA WATI
NIM : 108 222 079
Program Studi : S1 Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Al-Irsyad Cilacap **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**“HUBUNGAN LAMA MENDERITA HIPERTENSI DAN AKTIVITAS FISIK
DENGAN RISIKO JATUH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
DI PUSKESMAS CILACAP SELATAN I “**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini Universitas Al-Irsyad Cilacap berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai peneliti/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : CILACAP
Pada tanggal : Januari 2024

Yang menyatakan,

SUCI PURNAMA WATI
NIM. 108 222 079

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN LAMA MENDERITA HIPERTENSI DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN RISIKO JATUH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS CILACAP SELATAN I

SKRIPSI

Disusun Oleh :

SUCI PURNAMA WATI
NIM. 108 222 079

Skripsi ini Telah Disetujui

Tanggal Januari 2024

Pembimbing Utama : Engkartini, M.Kep., Ns

()

Pembimbing Anggota: Yuni Sapto Edhy Rahayu, M.Kep., Ns (

)

Mengetahui,
Ketua Program Studi S1 Keperawatan


Evy Apriani, M.Kep., Ns.
NIP. 10310 95 158

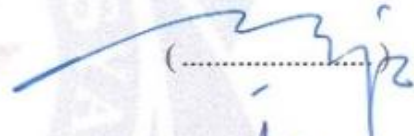
HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : SUCI PURNAMA WATI
NIM : 108 222 079
Program Studi : S 1 Keperawatan
Judul Skripsi : Hubungan lama menderita hipertensi dan aktivitas fisik dengan risiko jatuh pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian syarat yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program S 1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al Irsyad Cilacap.

DEWAN PENGUJI

Penguji Utama : (Evy Apriani,M.Kep.,Ns) (.....)
Penguji Anggota I : (Engkartini, M.Kep., Ns) (.....)
Penguji Anggota II : (Yuni Sapto Edhy Rahayu, M.Kep., Ns) (.....)

Ditetapkan di : Cilacap
Tanggal : Januari 2024

Mengesahkan,
Dekan Fikes

Sohimah, M.Keb
NIP. 10310 03 469

SURAT PERNYATAAN

LAYAK UJI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : SUCI PURNAMA WATI

NIM : 108 222 079

Judul Skripsi : Hubungan lama menderita hipertensi dan aktivitas fisik dengan risiko jatuh pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I

Hp/Telp. : 087786641302

Nama Penguji I : Kasron, M.Kep., Ns

Dinyatakan telah layak untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Ujian Skripsi Skripsi, Prodi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap, Tahun Akademik 2022/2023.

Cilacap, 16 Januari 2024

Pembimbing I

Pembimbing II

Engkartini, M.Kep., Ns

Yuni Sapto Edhi Rahayu, M.Kep., Ns

**HUBUNGAN LAMA MENDERITA HIPERTENSI DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
RISIKO JATUH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
DI PUSKESMAS CILACAP SELATAN I**

Suci Purnama Wati¹, Engkartini², Yuni Sapto Edhy Rahayu³

^{1,2,3} *Health Science Al-Irsyad University Cilacap Jl. Cerme No. 24 Sidanegara Cilacap*

ABSTRAK

Jatuh sering kali dialami para lansia yang disebabkan beberapa faktor diantaranya lama menderita hipertensi dan aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan lama menderita hipertensi dan aktivitas fisik dengan risiko jatuh pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain survey analitik menggunakan pendekatan waktu cross sectional terhadap 32 lansia hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I yang diambil menggunakan metode total Sampling. Analisis data menggunakan uji Spearman Rank. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I Cilacap sebagian besar telah menderita hipertensi dalam kategori durasi sedang (6 – 10 tahun) (59,4%), mempunyai aktivitas fisik dalam kategori sedang (56,2%) dan mempunyai risiko jatuh dalam kategori risiko rendah (50,0%). Tidak terdapat hubungan lama menderita hipertensi dengan risiko jatuh pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I ($p = 0,077$, $\alpha = 0,05$). Tidak terdapat hubungan aktivitas fisik dengan risiko jatuh pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I ($p = 0,220$, $\alpha = 0,05$).

Kata kunci : Hubungan, lama menderita hipertensi, aktivitas fisik, risiko jatuh, lansia hipertensi

ABSTRACT

Falls are often experienced by the elderly due to several factors, including long suffering from hypertension and physical activity. This study aims to determine the relationship between long suffering from hypertension and physical activity with the risk of falls in elderly people with hypertension at the South Cilacap I Community Health Center. This type of research is quantitative research with a survey design.

The analysis used a cross sectional time approach on 32 hypertensive elderly people in South Cilacap I Community Health Center was taken using the total sampling method. Data analysis used the Spearman Rank test. The results of the study showed that the majority of hypertensive elderly people at the South Cilacap I Cilacap Community Health Center had suffered from hypertension in the moderate duration category (6 - 10 years) (59.4%), had physical activity in the moderate category (56.2%) and had a risk of falling in the low risk category (50.0%). There was no relationship between the duration of suffering from hypertension and the risk of falls in elderly people with hypertension at the South Cilacap I Community Health Center ($p = 0.077$, $\alpha = 0.05$). There was no relationship between physical activity and the risk of falls in elderly people with hypertension at the South Cilacap I Community Health Center ($p = 0.220$, $\alpha = 0.05$).

Key words: Relationship, duration of suffering from hypertension, physical activity, risk of falls, hypertensive elderly

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap. Saya menyadari bahwa, dalam menyusun penelitian ini, saya mendapat banyak bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Sarwa, AMK., S.Pd., M.Kes. selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap
2. Evy Apriani, M.Kep., Ns. selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap
3. Engkartini, M.Kep., Ns selaku dosen pembimbing utama yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan Skripsi ini
4. Yuni Sapto Edhi Rahayu, M.Kep., Ns selaku dosen pembimbing anggota yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan Skripsi ini
5. Puskesmas Cilacap Selatan I yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan
6. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral dan

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Cilacap, Januari 2024

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
SURAT PERNYATAAN LAYAK UJI SKRIPSI	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian	8
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI	12
A. Tinjauan Pustaka	12
1. Lansia	12
2. Risiko jatuh	19
a. Pengertian	19
b. Faktor risiko dan penyebab jatuh pada Lansia	20
c. Mencegah jatuh pada Lansia	23
d. Pengukuran Risiko Jatuh	25
3. Hipertensi	28
4. Aktivitas Fisik	39
B. Kerangka Teori	47
 BAB III METODE PENELITIAN	48
A. Kerangka Konsep	48
B. Hipotesis Penelitian	49
C. Variabel Penelitian	49
D. Definisi Operasional	50
E. Desain Penelitian	51
F. Populasi Dan Sampel	52
1. Populasi	52
2. Sampel	52
G. Lokasi Dan Waktu Penelitian	53

H. Etika Penelitian	54
I. Teknik Pengumpulan Data	56
J. Prosedur Pengumpulan Data	59
K. Analisis Data	60
1. Pengolahan data	60
2. Analisis Data	62
 BAB IV HASIL PENELITIAN	65
A. Karakteristik Responden	65
B. Analisis Univariat	67
C. Analisis Bivariat	65
1. Hubungan Lama Menderita Hipertensi dengan Risiko Jatuh pada Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I	68
2. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Risiko Jatuh pada Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I	69
 BAB V PEMBAHASAN	
A. Interpretasi dan Diskusi Hasil	71
1. Analisis Univariat	71
a. Lama Menderita Hipertensi pada Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I	71
b. Aktivitas Fisik pada Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I	72
c. Resiko Jatuh pada Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I	74
2. Analisis Bivariat	76
a. Hubungan Lama Menderita Hipertensi dengan Risiko Jatuh pada Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I	76
b. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Risiko Jatuh pada Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I	78
B. Keterbatasan Penelitian	81
C. Implikasi Terhadap Pelayanan Dan Penelitian	82
 BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	84
B. Saran	85
Daftar Pustaka	
Lampiran	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. Identifikasi Variabel, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran	50
Tabel 3.2 Skor penilaian jawaban aktivitas fisik	57
Tabel 3.3. Pengkodingan Variabel	61
Tabel 4.1. Karakteristik Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I Berdasarkan Umur (n = 32)	66
Tabel 4.2. Karakteristik Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I Berdasarkan Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan dan Pekerjaan (n = 32)	66
Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Lama Menderita Hipertensi, Aktivitas Fisik dan Risiko Jatuh pada Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I (n = 32)	67
Tabel 4.4. Hubungan Lama Menderita Hipertensi dengan Risiko Jatuh pada Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I.....	68
Tabel 4.5. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Risiko Jatuh pada Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan I.....	69

DAFTAR BAGAN

	Halaman
Bagan 2.1. Kerangka Teori Penelitian	47
Bagan 3.1. Kerangka Konsep Penelitian	48



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2 Surat Pernyataan Sebagai Responden
- Lampiran 3 Lembar Kuesioner
- Lampiran 4 Surat Ijin Pra Survey
- Lampiran 5 Surat Balasan Pemberian Ijin Pra Survey

