

**GAMBARAN AKTIVITAS FISIK PENDUDUK USIA DEWASA
DENGAN HIPERTENSI DI DESA PENDOWOHARJO BANTUL
DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan Stikes
Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

NIKI YULIZA PRATIWI

3211089

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA
2016**

HALAMAN PENGESAHAN

GAMBARAN AKTIVITAS FISIK PENDUDUK USIA DEWASA DENGAN HIPERTENSI DI
DESA PENDOWOHARJO BANTUL DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

SKRIPSI

Diajukan Oleh

NIKI YULIZA PRATIWI
3211089

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan diterima sebagai Salah satu Syarat untuk
Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani
Yogyakarta

Tanggal: 26 September 2016

Menyetujui,

Penguji

Dwi Kartika R., M.Kep., Sp.Kep.MB

NIDN: 05-0002-8201

Pembimbing I

Wenny Savitri, MNS

NIDN: 07-2507-8201

Pembimbing II

Miftafu Darussalam, M.Kep., Sp.Kep.MB

NIDN: 05-1907-8405

Mengesahkan,

a.n Ketua STIKes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan (S-1)



Ara Saktika Admugraha, M.Kep., Sp.Kep.MB

NIDN: 05-2310-8303

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, adalah mahasiswa Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta:

Nama : Niki Yuliza Pratiwi

NPM : 3211089

Program Studi : S1-Keperawatan

Judul Skripsi : Gambaran Aktivitas Fisik Penduduk Usia Dewasa dengan Hipertensi Di desa Peendowoharjo Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta.

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah Asli karya sendiri dan bukan hasil *plagiarime*. Dengan ini saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Stikes Jenderal Achamd Yani Yogyakarta guna Kepentingan ilmiah. Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Yogyakarta, ... September 2016

Mahasiswa



Niki Yuliza Pratiwi

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmatnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Gambaran Aktivitas Fisik Penduduk Usia Dewasa dengan Hipertensi di Desa Pendowoharjo Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta”. Penyusunan skripsi ini merupakan syarat untuk melakukan penelitian dalam rangka menyelesaikan studi S1-Keperawatan di Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan, bimbingan, arahan dan bantuan berbagi pihak pada kesempatan ini penulis dengan rendah hati mengucapkan terima kasih dengan setulus-tulusnya kepada:

1. Kuswanto Hardjo, dr., M.Kes selaku Ketua Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Tetra Saktika Adinugraha., M.Kep.,Ns.Sp.Kep.MB selaku Ketua Prodi Ilmu Keperawatan Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Wenny Savitri, MNS selaku dosen pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan, pengarahan, dan masukan kepada saya dalam penyusunan skripsi.
4. Miftafu Darussalam, M.kep,Sp.Kep,MB selaku dosen pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, pengarahan dan masukan kepada saya dalam penyusunan skripsi.
5. Dwi Kartika Rukmi. M.kep.,Sp.kep.M.B selaku penguji atas segala masukan, bimbingan dan arahan sehingga terselesaikan usulan penelitian ini.
6. Orang tua dan seluruh keluarga yang telah memberikan limpahan cinta, doa, dan semangat kepada penulis.
7. Semua sahabat yang telah memberikan doa, dukungan dan semangat kepada penulis.
8. Puskesmas Sewon 1 bantul yang memberikan kesempatan bagi saya untuk melakukan studi pendahuluan.
9. Desa pendowoharjo yang memberikan izin untuk saya melakukan studi penelitian.

10. Kepada semua pihak yang terlibat dalam penulisan yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu, terima kasih atas dukungan dan bantuannya.

Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kebaikan kepada semuanya, sebagai imbalan atas segala amal kebaikan dan bantuannya. Akhir nya besar harapan penulis semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan menambah ilmu pengetahuan.

Yogyakarta, ... September 2016

Penulis

Niki Yuliza Pratiwi

DAFTAR ISI

	Hal
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
INTISARI	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	1
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Aktivitas Fisik	
1. Definisi Aktivitas Fisik	7
2. Peran Aktivitas Fisik	7
3. Tipe-tipe Aktivitas Fisik	10
4. Klasifikasi Aktivitas Fisik	11
5. Faktor-faktor yang mempengaruhi Aktivitas Fisi	18
B. Usia Dewasa	20
1. Definisi Usia Dewasa	20
2. Pembagian Usia Dewasa	20
3. Karakteristik Usia Dewasa	20
4. Tugas dan Perkembangan Usia Dewasa.....	24

C. Kerangka Teori	26
D. Kerangka Konsep	27
E. Pertanyaan Penelitian	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	28
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	28
C. Populasi dan Sampel	28
D. Variabel Penelitian	30
E. Definisi Operasional	30
F. Alat dan Metode Pengumpulan Data	30
G. Validitas dan Reabilitas	31
H. Pengolahan Data dan Analisis Data	32
I. Etika Penelitian	34
J. Pelaksanaan Penelitian	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. HASIL	
PENELITIAN.....	37
1. Gambaran Lokasi	37
Penelitian.....	37
2. Karakteristik	37
Responden.....	38
3. Aktivitas Fisik.....	40
B. PEMBAHASAN	43
C. KETERBATASAN PENELITIAN	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	45
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 3.1. Definisi Operasional.....	30
Tabel 3.2. Kisi-kisi Kuesioner.....	31
Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Penduduk usia dewasa dengan Hipertensi Berdasarkan Umur, jenis kelamin, genetik/keturunan, status gizi, Kebiasaan Merokok dan Pekerjaan di Desa Pendowoharjo.....	38
Tabel 4.2. Distribusi Aktivitas Fisik Waktu luang, aktivitas fisik waktu kerja, dan aktivitas fisik waktu olahraga penduduk usia dewasa dengan Hipertensi di desa pendowoharjo Bantul.....	38
Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik Penduduk usia dewasa Dengan hipertensi di desa Pendowoharjo Bantul.....	39
Tabel 4.4. Tabulasi Silang Karakteristik dengan Aktivitas Fisik Penduduk Usia Dewasa dengan Hipertensi di Desa Pendowoharjo Bantul.....	39

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Skema 1. Kerangka Teori Penelitian	26
Skema 2. Kerangka Konsep.....	27

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Pengumpulan Data
- Lampiran 2. Rekap Data Mentah
- Lampiran 3. Hasil Olah Data
- Lampiran 4. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 5. Surat Pernyataan Responden
- Lampiran 6. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 7. Jadwal Penyusunan Skripsi
- Lampiran 8. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 8. Kegiatan Bimbingan Proposal

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA