

Hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada penduduk dewasa di Indonesia (analisis data IFLS 5 tahun 2014) = Physical activity and hypertension among Indonesian adults (analysis of the IFLS 5 data in 2014).

Ahmad Aswal Liambo, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20476441&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian dini pada masyarakat, WHO melaporkan hampir satu milyar orang di dunia menderita hipertensi dan diprediksi meningkat menjadi 1,5 milyar pada tahun 2025 nanti. Kurang aktivitas fisik merupakan salah satu faktor risiko hipertensi yang dapat dimodifikasi dengan usaha dan biaya yang tidak terlalu besar. Pada tahun 2013, prevalensi hipertensi pada penduduk dewasa di Indonesia sebesar 25,8 dan proporsi kurang aktivitas fisik sebesar 26,1 . Tujuan penelitian ini adalah mengetahui prevalensi hipertensi, proporsi kurang aktivitas fisik dan hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada penduduk dewasa di Indonesia berdasarkan data IFLS 5 tahun 2014. Desain yang digunakan adalah cross sectional, populasi penelitian yakni seluruh penduduk dewasa ge;18 tahun yang menjadi responden IFLS 5 tahun 2014 dengan sampel sebanyak 26.043 responden. Kriteria hipertensi menggunakan pedoman JNC-7 140/90 mmHg , penilaian aktivitas fisik berdasarkan kebiasaan melakukan kegiatan fisik minimal selama 10 menit dalam seminggu, terdiri dari aktif dan kurang aktif. Uji statistik pada analisis bivariat dan multivariat menggunakan cox regression. Hasil analisis menunjukkan prevalensi hipertensi sebesar 24,09 , proporsi kurang aktivitas fisik sebesar 35,68 , serta terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan hipertensi P value 0,000 . Penduduk yang kurang aktivitas fisik berisiko 1,15 kali mengalami hipertensi dibandingkan penduduk yang memiliki aktivitas fisik aktif PR: 1,15; 95 CI: 1,09-1,21 . Disarankan kepada masyarakat untuk melakukan kegiatan fisik ringan berupa jalan kaki minimal selama 30 menit setiap harinya dan kepada Dinas Kesehatan untuk berinovasi dalam memberikan edukasi kepada masyarakat terkait pentingnya aktivitas fisik dengan menggunakan sosial media Facebook, Twitter, Instagram dan lainnya .

ABSTRACT

Hypertension is the leading causes for prematur death worldwide. Globally, WHO reported about nearly one billion people living with hypertension and it is estimated that this number will escalate to more than 1,5 billion by the year 2025. Insufficient physical activity is one of the modifiable risk factors for hypertension, which is not required great effort and cost. In 2013, the prevalence of hypertension among Indonesian adults was 25,8 and the proportion of insufficient physical activity was 26,1 . This study aims to know the prevalence of hypertension, the proportion of insufficient physical activity and also its relationship among the Indonesian adults based on IFLS 5 data in 2014. A cross sectional study was conducted among 26.043 respondents in IFLS 5 aged 18 years and above. The JNC 7 guidelines used to defined hypertension if systolic blood pressure ge 140 mmHg and or diastolic ge 90 mmHg , whereas physical activity measured by the habit of performing physical activity for at least 10 minutes a week. Statistical test on bivariate and multivariate analysis using cox regression. The prevalence of hypertension was 24,09 and the proportion of

insufficient physical activity was 35,68 . Statistical test shown there was a significant relationship between physical activity and hypertension P value 0,000 , people with insufficient physical activity at risk 1,15 times having hypertension than those with active physical activity PR 1,15 95 CI 1,09 1,21 . Adults should do at least 30 minutes walking everyday, province district health office needs to use social media such as Facebook, Instagram, Twitter, etc, in order to promoting the benefit of physical activity.