

ABSTRAK

Pengetahuan Penderita Hipertensi Tentang Aktivitas Fisik Pada Hipertensi

Oleh: Bayu Febri Herdianto

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri secara terus menerus lebih dari suatu periode. Aktivitas fisik pada penderita hipertensi dapat mengurangi resiko komplikasi, dikarenakan aktivitas fisik akan melebarkan diameter pembuluh darah (vasodilatasi) dan membakar lemak dalam pembuluh darah jantung, sehingga aliran darah lancar. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan penderita hipertensi tentang aktivitas fisik pada hipertensi.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan jumlah populasi 356 orang. Jumlah sampel 89 responden dengan menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling* yang disajikan dalam bentuk prosentase. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner.

Hasil penelitian terhadap 89 responden didapatkan bahwa responden yang berpengetahuan baik yaitu sebagian besar (58%) atau sejumlah 52 responden dan hampir setengahnya (42%) atau sejumlah 37 responden berpengetahuan kurang tentang aktivitas fisik pada penderita hipertensi.

Dari hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa pengetahuan penderita hipertensi tentang aktivitas fisik pada hipertensi dipengaruhi oleh usia, pendidikan, informasi dan sumber informasi. Rekomendasi untuk peneliti selanjutnya untuk meneliti sikap penderita hipertensi tentang aktivitas fisik hipertensi.

Kata kunci : Pengetahuan, Penderita, Hipertensi, Aktivitas Fisik, Hipertensi



ABSTRACT

Knowledge of Hypertension's Patients about the Physical Activity of Hypertension

By: Bayu Febri Herdianto

Hypertension or high blood pressure is an abnormal increasing of blood pressure in arterial blood vessels constantly more than one periode. Physical activity of hypertension's patient can decrease the complication risk, it's because of physical activity will whole the diameter of blood vessels (vasodilatation) and burn the fat on heart blood vessels, so the stream of blood can be smoothly. The purpose of this study is to know the knowledge oh hypertension's patients about the physical activity of hypertension.

This study design is descriptive with the number of population are 356 peoples. The number of samples are 89 respondents with taking sampling techniques is purposive sampling that served in the form of procentage. The collecting data in this study is using questionnaire.

The result between 89 respondents, there are respondents that have a good knowledge, there are the most of respondents (58%) or 52 respondents and almost the half of respondents (42%) or 37 respondents have bad knowledge about physical activity oh hypertension.

From the result above, it can be concluded that the knowledge of hypertension's patients about physical activity of hypertension is affected by age, education, information and information sources. The recomendation for the next researcher is to make research about attutude of hypertension's patients about physical activity of hypertension.

Keywords : Knowledge, Patients, Hypertension, Physical Activity, Hypertension