

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA *SEDENTARY LIFESTYLE* DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA PEKERJA PT. PUPUK KALIMANTAN TIMUR
SELAMA MASA PANDEMI COVID 19 DI SURABAYA**



Oleh

RACHMA WENIDAYANTI PRASETYO

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
SURABAYA
2022**

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA *SEDENTARY LIFESTYLE* DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA PEKERJA PT. PUPUK KALIMANTAN TIMUR
SELAMA MASA PANDEMI COVID 19 DI SURABAYA**



Oleh:

**RACHMA WENIDAYANTI PRASETYO
NIM. 101811133108**

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
SURABAYA
2022**

PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Sarjana Program Studi Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga dan
diterima untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.KM.)
pada tanggal 13 September 2022

Mengesahkan

Universitas Airlangga

Fakultas Kesehatan Masyarakat

Dekan,



Dr. Santi Martini, dr., M.Kes
NIP 1966092719970220001

Tim Penguji:

- a) Dani Nasirul Haqi, S.KM., M.KKK.
- b) Dr. Lucia Yovita Hendrati, S.KM., M.Kes
- c) Laksono Boedi Prasetyo, S.KM., M.M

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.KM.)
Departemen Epidemiologi, Biostatistika Kependudukan, dan Promosi Kesehatan
Program Studi Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Airlangga

Oleh:

RACHMA WENIDAYANTI PRASETYO
101811133108

Surabaya, 29 September 2022

Mengetahui,
Pembimbing



Dr. Lucia Yovita Hendrati, S.KM., M.Kes
NIP. 196810191995032001

Koordinator Program Studi,



Dr. Muji Sulistyowati, S.KM., M.Kes
NIP 197311151999032002

Ketua Departemen,



Dr. Fariani Syahrul, S.KM. M.Kes
NIP 196902101994032002

SURAT PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Rachma Wenidayanti Prasetyo
NIM : 101811133108
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenjang : Sarjana (S1)

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

HUBUNGAN ANTARA SEDENTARY LIFESTYLE DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PEKERJA PT. PUPUK KALIMANTAN TIMUR SELAMA MASA PANDEMI COVID-19 DI KOTA SURABAYA

Apabila suatu saat nanti terbukti melakukan Tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah diterapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 29 September 2022



Rachma Wenidayanti Prasetyo
NIM 101811133108

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberi rahmat dan hidayah-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“HUBUNGAN ANTARA *SEDENTARY LIFESTYLE* DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PEKERJA PT. PUPUK KALIMANTAN TIMUR SELAMA MASA PANDEMI COVID-19 DI KOTA SURABAYA”** ini tepat pada waktunya

Pada skripsi ini dijabarkan tentang penelitian hubungan antara *sedentary life* dengan kejadian hipertensi pada pekerja PT. Pupuk Kalimantan Timur di Kota Surabaya selama masa Pandemi COVID-19. Penelitian tersebut menggunakan bantuan kuesioner *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ) untuk menganalisis hubungan antara dua variable.

Pada kesempatan ini disampaikan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada Dr. Lucia Yovita Hendrati, S.KM., M.Kes selaku dosen pembimbing, yang telah memberikan petunjuk, koreksi serta saran sehingga terwujudnya skripsi ini.

Terima kasih dan penghargaan saya sampaikan pula kepada yang terhormat:

1. Ibu Dr. Santi Martini, dr., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.
2. Ibu Dr. Fariani Syahrul, S.KM, M.Kes, selaku Ketua Departemen Epidemiologi, Biostatistika Kependudukan dan Promosi Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.
3. Ibu Dr. Muji Sulistyowati, S.KM., M.Kes., selaku Koordinator Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga
4. Dani Nasirul Haqi., S.KM., M.Kes dan Laksono Boedi Prasetyo., S.KM., M.M selaku tim penguji yang telah memberikan koreksi dan saran terhadap skripsi
5. Pekerja Kantor PT. Pupuk Kalimantan Timur Kota Surabaya dan tokoh – tokoh yang telah membantu dalam pengambilan data
6. Kedua orangtua dan kakak saya atas segala dukungan moral, finansial, serta doa yang tidak terputus hingga penulis menyelesaikan skripsi ini
7. Fitra Arsyad Rofi yang selalu memberikan semangat dalam mengerjakan skripsi dan selalu menemani saya selama proses pengerjaan skripsi
8. Ema, Heni, dan Shylvia yang telah menjadi teman baik dan senantiasa membantu, mengajari, dan memberikan solusi selama proses pengerjaan skripsi

Semoga Allah SWT memberikan balasan pahala atas segala amal yang telah diberikan dan skripsi ini berguna baik diri sendiri maupun pihak lain yang memanfaatkan

Surabaya, 29 September 2022

Peneliti

ABSTRACT

Sedentary lifestyle is the habit of people not doing much physical activity or activity. Many people fill their spare time by not doing physical activities such as sitting while watching television or playing mobile phones, reading books in a lying position, even in a day if it is calculated we spend more of our time in a sitting position than doing physical activities. This sedentary behavior can cause various kinds of diseases, for example hypertension. Hypertension is a condition in which a person experiences an increase in blood pressure above normal as indicated by the systolic number and diastolic number when measuring blood pressure using a sphygmomanometer or other digital blood pressure.

This study aims to analyze the relationship between sedentary and the incidence of hypertension in PT. Pupuk Kalimantan Timur. This research is an analytic observational study using a cross sectional approach. The population in this study were all workers at the branch office of PT. Pupuk Kalimantan Timur. The sample in this study was taken by the saturated sample method, which is taking from the total population of 50 people. The analysis technique used descriptive analysis and statistical analysis using Chi-square test

The results showed that most of the respondents were aged 20-39 years and were male. This study also shows that the sedentary lifestyle and the incidence of hypertension in PT. Pupuk Kalimantan Timur has a fairly strong relationship ($\phi = 0.434$)

The conclusion of this study is that a sedentary lifestyle has a fairly strong relationship with the incidence of hypertension in PT. Pupuk Kalimantan Timur. The company should cooperate with the local health center, hospital, or health department to provide counseling, guidance, and health checks to workers

Keywords: Sedentary lifestyle, hypertension, worker hypertension, PT. Pupuk Kalimantan Timur

ABSTRAK

Sedentary lifestyle adalah kebiasaan orang tidak melakukan banyak aktivitas atau kegiatan fisik. Orang banyak mengisi waktu luang mereka dengan tidak melakukan aktivitas fisik seperti duduk saat menonton televisi atau bermain *Handphone*, membaca buku dengan posisi berbaring, bahkan dalam sehari jika dihitung kita lebih banyak menghabiskan waktu kita dalam posisi duduk dibandingkan dengan melakukan aktivitas fisik. *Sedentary lifestyle* ini dapat menimbulkan berbagai macam penyakit salah satunya adalah Hipertensi. Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang ditunjukkan oleh angka sistolik (bagian atas) dan angka diastolik (bagian bawah) pada saat mengukur tekanan darah menggunakan *sphygmomanometer* (Alat Tensi) atau pun pengukur tekanan darah digital lainnya.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kekuatan hubungan antara *sedentary lifestyle* dengan kejadian hipertensi pada pekerja PT. Pupuk Kalimantan Timur. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pekerja di kantor cabang PT. Pupuk Kalimantan Timur. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan metode sampel jenuh yaitu mengambil dari seluruh total populasi sebanyak 50 orang. Teknik analisis dengan analisis deskriptif dan analisis statistik menggunakan uji *Chi-square*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 20-39 tahun dan berjenis kelamin laki – laki. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa *sedentary lifestyle* dan kejadian hipertensi pada pekerja PT. Pupuk Kalimantan Timur memiliki hubungan yang cukup kuat ($\phi = 0.434$)

Kesimpulan dari penelitian ini adalah *sedentary lifestyle* memiliki hubungan yang cukup kuat dengan kejadian hipertensi pada pekerja PT. Pupuk Kalimantan Timur. Pihak perusahaan sebaiknya bekerja sama dengan puskesmas, rumah sakit, atau dinas Kesehatan setempat untuk memberikan penyuluhan, pembinaan, serta pengecekan Kesehatan pada pekerja

Kata kunci: *Sedentary lifestyle*, hipertensi, hipertensi pekerja, PT. Pupuk Kalimantan Timur.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PENGESEHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
SURAT PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRACT.....	viii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH.....	xvi

BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	4
1.3 Pembatasan Masalah	8
1.4 Rumusan Masalah	9
1.5 Tujuan Penelitian	9
1.5.1 Tujuan Umum	9
1.5.2 Tujuan Khusus	9
1.6 Manfaat	10
1.6.1 Bagi Peneliti	10
1.6.2 Bagi Masyarakat.....	10
1.6.3 Bagi Institusi Kesehatan.....	11
1.6.4 Bagi Peneliti Lain.....	11

BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1 <i>Sedentary Lifestyle</i>	12
2.1.1 Definisi	12
2.1.2 Faktor – Faktor Yang Meningkatkan <i>Sedentary Life</i>	12
2.1.3 Pengukuran <i>Sedentary Lifestyle</i>	15
2.1.4 Pencegahan <i>Sedentary Lifestyle</i>	17
2.2 Hipertensi	18
2.2.1 Definisi Hipertensi	18
2.2.2 Epidemiologi Hipertensi	19
2.2.3 Patofisiologi Hipertensi.....	20
2.2.4 Klasifikasi Hipertensi.....	20
2.2.5 Manifestasi Hipertensi	21
2.2.6 Faktor Resiko Hipertensi.....	22
2.2.7 Komplikasi Hipertensi	24
2.3 COVID 19	26
2.3.1 Definisi.....	26
2.3.2 Dampak Pandemi COVID-19	26
 BAB III KERANGKA KONSEP	 28
3.1 Kerangka konseptual penelitian	28
 BAB IV METODE PENELITIAN	 29
4.1 Jenis dan Rancang Bangun Penelitian.....	30
4.2 Populasi Penelitian.....	30
4.3 Sampel, Besar Sampel, Cara Penentuan Sampel, dan Cara Pengambilan Sampel	31
4.3.1 Sampel Penelitian.....	31
4.3.2 Besar Sampel.....	31
4.3.3 Cara Pengambilan Sampel	31
4.4 Lokasi dan waktu penelitian.....	32
4.5 Variabel, Definisi Operasional, Cara Pengukuran, dan Skala Data.....	32

4.5.1 Variabel Penelitian	32
4.5.2 Definisi Operasional, Cara Pengukuran, dan Skala Data.....	33
4.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	33
4.6.1 Teknik Pengumpulan Data	33
4.6.2 Instrumen Data	34
4.7 Teknik Analisis Data.....	38
4.8 Etika Penelitian	38
BAB V HASIL PENELITIAN	39
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	39
5.2 Karakteristik Responden	40
5.3 Sedentary Lifestyle pada pekerja	40
5.4 Tekanan darah pekerja	41
5.5 Hubungan Usia dengan Hipertensi.....	41
5.6 Hubungan Jenis Kelamin dengan Hipertensi	42
5.7 Hubungan <i>Sedentary lifestyle</i> dengan Hipertensi	42
BAB VI PEMBAHASAN	44
6.1 Hipertensi pada Pekerja PT. Pupuk Kalimantan Timur	44
6.2 <i>Sedentary Lifestyle</i> pada Pekerja PT. Pupuk Kalimantan Timur	44
6.3 Hubungan antara Usia dengan Hipertensi.....	45
6.4 Hubungan antara Jenis Kelamin dengan Hipertensi	45
6.5 Hubungan antara <i>Sedentary lifestyle</i> dengan kejadian Hipertensi	46
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	48
7.1 Kesimpulan	48
7.2 Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA.....	51
LAMPIRAN	55

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
4.1	Tabel Definisi Operasional, Cara Pengukuran dan Skala Data ...	36
4.2	Tabel Kategori METs	40
4.3	Tabel Kategori Sedentary Lifestyle	40
5.1	Tabel Karakteristik Responden	43
5.2	Tabel Sedentary Lifestyle pada Pekerja	43
5.3	Tabel Tekanan Darah Pekerja	44
5.4	Tabel Hubungan Usia dan Hipertensi	44
5.5	Tabel Hubungan Jenis Kelamin dan Hipertensi	45
5.6	Tabel Hubungan Sedentary Lifestyle dengan Hipertensi	45

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
3.1	Kerangka Konsep	23

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Lampiran	Halaman
1.	Kuesioner GPAQ	55
2.	Penjelasan Sebelum Persetujuan Calon Peserta Penelitian	57
3.	Lembar Informed Consent	63
4.	Sertifikat Lolos Kaji Etik	64
5.	Surat Permohonan Izin Penelitian	65
6.	Hasil Uji Statistik Penelitian.....	66

DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

Daftar Arti Lambang:

α	= Alpha
β	= Beta
n	= Sampel
<	= Kurang dari
>	= Lebih dari
$\leq$	= Kurang dari sama dengan
$\geq$	= Lebih dari sama dengan
=	= Sama dengan
%	= Persen

Daftar Singkatan:

AHA	= <i>American Heart Association</i>
COVID-19	= <i>Corona Virus Disease 2019</i>
GPAQ	= <i>Global Physical Activity Questionnaire</i>
HDL	= <i>High Density Lipoprotein</i>
IMT	= Indeks Massa Tubuh
Kg	= Kilogram
Kkal	= Kilokalori
MERS	= <i>Middle East Respiratory Syndrome</i>
MET	= <i>Metabolic Equivalent of Task</i>
mmHg/dl	= Mili Meter Merkuri per desi liter
PJK	= Penyakit Jantung Koroner
PPKM	= Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat
PSBB	= Pembatasan Sosial Berskala Besar

SARS-CoV2 = *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2*

SDGs = *Sustainable Development Goals*

WFH = *Work From Home*

WHO = *World Health Organization*