

ABSTRAK

“Gambaran Pengetahuan dan Sikap tentang Olahraga Klien Hipertensi
di Wilayah Kerja Puskesmas Pragaan Sumenep”

Oleh : Fina Fitriyah

Hipertensi sering disebut sebagai "*silent killer*" (pembunuh siluman), karena sering kali klien hipertensi bertahun-tahun tanpa merasakan gangguan atau gejala. Salah satu faktor penyebab hipertensi yaitu gaya hidup seperti aktivitas olahraga yang kurang, dimana gaya hidup seseorang sangat dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikapnya akan suatu penyakit. Apabila klien tidak mengerti dan jarang berolahraga dapat terjadinya peningkatan tekanan darah dan menimbulkan komplikasi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap tentang olahraga klien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pragaan Sumenep.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan teknik sampling acidental. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 17-22 Mei 2021 dengan pengisian kuesioner yang disesuaikan dengan tujuan penelitian dan mengacu kepada konsep dan teori yang telah dibuat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan klien tentang olahraga hipertensi sebagian besar memiliki pengetahuan baik (66,7%), hampir setengahnya memiliki pengetahuan cukup (27,8%) dan sebagian kecil memiliki pengetahuan yang kurang (5,6 %). Sikap klien tentang olahraga hipertensi sebagian besar memiliki sikap positif (64,8%) dan hampir setengahnya memiliki sikap negatif (35,2%).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah pengetahuan klien tentang olahraga hipertensi berada dalam kategori baik dan sikap klien tentang olahraga hipertensi berada dalam kategori positif.

Kata Kunci : Pengetahuan, Sikap, Klien Hipertensi.

ABSTRACT

“Description of Knowledge and Attitudes about Hypertension’s Physical Exercise
in The Work Area of Pragaan Sumenep Community Health Center”

By : Fina Fitriyah

Hypertension is often referred to as the "silent killer", because people with hypertension for years without feeling a disturbance or symptom. One of the factors causing hypertension is a lifestyle such as lack of sports activity, where a person's lifestyle is strongly influenced by his knowledge and attitude about a disease. If the client does not understand and rarely exercise can increase blood pressure and cause complications. This research has purpose that to know the knowledge and attitudes about hypertension’s physical exercise in the Work Area of Pragaan Sumenep Community Health Center.

This research used descriptive method by accidental sampling technique. Data collected in 17-22 Mey 2021 with filling out questionnaires that was tailored to the purpose of research and refer to the concepts and theories that had been made.

The results showed that most of the client’s knowledge about hypertension’s physical exercise had good knowledge (66,7%), almost half have sufficient knowledge (27.8%) and a small proportion have less knowledge (5.6%). Most of the clients' attitudes about hypertension’s physical exercise had positive attitudes (64.8%) and almost half had negative attitudes (35.2%).

The conclusion of this research was the client's knowledge about hypertension’s physical exercise was in good category and the client's attitude about hypertension’s physical exercise was in positive category.

Keyword: Knowledge, Attitudes, Client Hypertension.