

**STUDI LITERATUR : HUBUNGAN FAKTOR INDEKS MASSA TUBUH,
AKTIVITAS FISIK, DAN KUALITAS TIDUR TERHADAP KEJADIAN
HIPERTENSI PADA REMAJA**

SKRIPSI

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**



Oleh:

**M. Raffli Naresca Pradana
NPM: 20700051**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA
SURABAYA**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**STUDI LITERATUR : HUBUNGAN FAKTOR INDEKS MASSA TUBUH,
AKTIVITAS FISIK, DAN KUALITAS TIDUR TERHADAP KEJADIAN
HIPERTENSI PADA REMAJA**

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**

Oleh:

**M. Raffli Naresca Pradana
NPM: 20700051**

Menyetujui untuk diuji

Pada tanggal: 6 Juni 2023

Pembimbing Utama,



**Dr. Sri Lestari Utami, S.Si, M.Kes
NIDN. 0712057103**

Pembimbing Pendamping,



**dr. Jimmy Hadi Widjaja, Sp.PA
NIDN. 0709116901**

Penguji,



**Dr. Candra Rini Hasanah Putri, dr., M.Kes
NIDN. 0010117501**

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**STUDI LITERATUR : HUBUNGAN FAKTOR INDEKS MASSA TUBUH,
AKTIVITAS FISIK, DAN KUALITAS TIDUR TERHADAP KEJADIAN
HIPERTENSI PADA REMAJA**

Oleh:

**M. Raffli Naresca Pradana
NPM: 20700051**

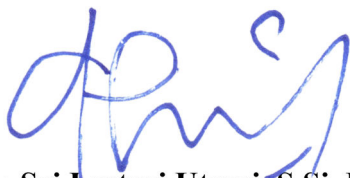
Telah diuji pada

Hari : Senin

Tanggal : 12 Juni 2023

dan dinyatakan lulus oleh:

Pembimbing Utama,



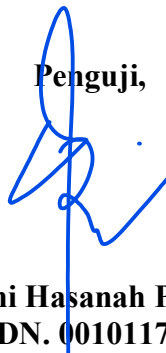
**Dr. Sri Lestari Utami, S.Si, M.Kes
NIDN. 0712057103**

Pembimbing Pendamping,



**dr. Jimmy Hadi Widjaja, Sp.PA
NIDN. 0709116901**

Penguji,



**Dr. Candra Rini Hasanah Putri, dr., M.Kes
NIDN. 0010117501**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : M. Raffli Naresca Pradana

NPM : 20700051

Program Studi : Pendidikan Kedokteran

Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil penelitian saya dengan judul “Studi Literatur : Hubungan Faktor Indeks Massa Tubuh, Aktivitas Fisik, Dan Kualitas Tidur Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Remaja”, benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa Skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Surabaya, 20 Juli 2023

Yang membuat pernyataan,



(M.Raffli Naresca Pradana)

NPM. 20700051

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : M. Raffli Naresca Pradana

NPM : 20700051

Program Studi : Pendidikan Kedokteran

Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil penelitian saya dengan judul:

Studi Literatur : Hubungan Faktor Indeks Massa Tubuh, Aktivitas Fisik, Dan Kualitas Tidur Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Remaja

Bersedia untuk diunggah dalam *e-repository* Universitas Wijaya Kusuma Surabaya dan dimanfaatkan untuk masyarakat luas.

Surat pernyataan Persetujuan ini digunakan sebagaimana diperlukan.

Surabaya, 20 Juli 2023

Yang membuat pernyataan,



(M.Raffli Naresca Pradana)

NPM. 20700051

Keterangan:

Surat pernyataan ini harap diserahkan kepada petugas di Kesekretariatan Unit Penelitian, Pengabdian kepada Masyarakat, dan Publikasi (UPPP)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat tuhan yang maha esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya yang berlimpah, sehingga penyusunan skripsi yang berjudul “STUDI LITERATUR : HUBUNGAN FAKTOR INDEKS MASSA TUBUH, AKTIVITAS FISIK, DAN KUALITAS TIDUR TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI PADA REMAJA” sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan sarjana pada Program Studi S1 Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tanpa bantuan, bantuan, bimbingan, dan nasihat dari berbagai pihak maka skripsi ini tidak dapat terwujud, untuk ini dengan segala kerendahan hati perkenankan kami menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa dengan rahmat dan karunia-Nya yang telah memberi kesehatan dan kekuatan bagi penulis sehingga penulis mendapatkan kelancaran dalam pembuatan skripsi ini dengan baik.
2. Prof. Dr. Widodo Ario Kentjono, dr. Sp.T.H.T.K.L.(K), FICS selaku Rektor Universitas Wijaya Kusuma Surabaya atas kesempatan dan fasilitas yang diberikan kepada saya untuk menjadi mahasiswa program studi S-1 Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
3. Prof.Dr. Kuntaman, dr.,MS.,Sp.MK(K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
4. dr. Titiek Sunaryati, M.Ked selaku Ketua Program Studi S-1 Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah

diberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di program studi S-1 Kedokteran.

5. Dr. Sri Lestari Utami, S.Si, M.Kes dan dr. Jimmy Hadi Widjaja, Sp.PA selaku pembimbing selama penyusunan skripsi ini atas kesempatan dan fasilitas yang diberikan kepada saya untuk menjadi mahasiswa program studi S-1 Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Dan juga terimakasih sudah membimbing dengan penuh kesabaran dan ketekunan, memberikan dorongan, perhatian, bimbingan, pengarahan, serta saran dalam pembuatan skripsi ini.

6. Dr. Candra Rini Hasanah Putri, dr., M.Kes selaku dosen penguji skripsi ini yang telah memberikan masukan dan arahan dalam pembuatan skripsi ini.

7. Kedua orang tua atas cinta, dukungan dan doa yang selalu diberikan kepada penulis dan semoga pembuatan skripsi ini selesai pada waktunya.

8. Rekan seangkatan dan teman-teman yang banyak membantu dalam hal ini.

Penulis menyadari bahwa banyak terdapat kekurangan dalam penulisan skripsi ini, maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang konstruktif untuk kesempurnaan skripsi ini.

Surabaya, 6 Juni 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	<i>i</i>
HALAMAN PERSETUJUAN	<i>ii</i>
HALAMAN PENGESAHAN	<i>iii</i>
KATA PENGANTAR	<i>iv</i>
ABSTRAK	<i>vi</i>
ABSTRACT	<i>vii</i>
DAFTAR ISI	<i>viii</i>
DAFTAR GAMBAR	<i>x</i>
DAFTAR TABEL	<i>xi</i>
BAB I PENDAHULUAN	<i>1</i>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan	4
D. Manfaat	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Hipertensi.....	7
B. Remaja	21
C. Mekanisme Hipertensi	28
BAB III METODE PENULISAN	31
A. Metode Penulisan.....	31
B. Tahapan Literature Review.....	32
C. Pendekatan Masalah	34
D. Definisi Operasional	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	37
A. Hasil Pencarian	37
B. Pembahasann	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	62
A. Kesimpulan	62
B. Saran	63

DAFTAR PUSTAKA	65
-----------------------------	----

DAFTAR GAMBAR

Gambar II.1 Mekanisme Hipertensi	28
Gambar III.1 Tahapan Literature Review	32
Gambar III.2 Alur Pendekatan Masalah.....	34

DAFTAR TABEL

Tabel II.1 Klasifikasi Hipertensi	13
Tabel III.1 Definisi Operasional	36
Tabel IV.1 Ringkasan Jurnal IMT	38
Tabel IV.2 Ringkasan Jurnal Aktivitas Fisik	44
Tabel IV.3 Ringkasan Jurnal Kualitas Tidur.....	46

ABSTRAK

Pradana, M, Raffli, Naresca. 2023. *Studi Literatur : Hubungan Faktor Indeks Massa Tubuh, Aktivitas Fisik, dan Kualitas Tidur Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Remaja*. Skripsi, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Pembimbing: Dr. Sri Lestari Utami, S.Si, M.Kes¹⁾, dr. Jimmy Hadi Widjaja, Sp.PA²⁾.

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang penderitanya paling banyak di Indonesia. Hipertensi di Indonesia bukan hanya menyerang orang dengan usia tua, akan tetapi juga pada usia remaja. Studi ini dilakukan untuk memaparkan tinjauan literatur tentang hubungan faktor indeks massa tubuh, aktivitas fisik, dan kualitas tidur terhadap kejadian hipertensi pada remaja. Metode penulisan menggunakan studi literatur dengan *systematic review*. Jurnal penelitian didapatkan melalui penelusuran internet pada situs *google scholar* dan *science direct* yang dipublikasi pada tahun 2017-2023 dengan kata kunci hipertensi, remaja, indeks massa tubuh, aktifitas fisik, dan kualitas tidur. Jumlah jurnal yang dianalisis sebanyak 37 jurnal. Hasil penelitian adalah terdapat 22 jurnal yang menemukan adanya hubungan yang signifikan antara IMT tinggi ($IMT \geq 23$), obesitas, dan kelebihan berat badan dengan kejadian hipertensi pada remaja ($p < 0,05$), dan terdapat 22 jurnal yang menemukan adanya risiko antara IMT tinggi ($IMT \geq 23$), obesitas, dan kelebihan berat badan dengan kejadian hipertensi pada remaja yaitu 1,69-26,062. Terdapat 7 jurnal yang menemukan adanya hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik yang kurang dengan kejadian hipertensi pada remaja ($p < 0,05$), dan terdapat 5 jurnal yang menemukan adanya tingkat risiko antara aktivitas fisik yang kurang dengan kejadian hipertensi pada remaja yaitu 3,060-6,14. Terdapat 7 jurnal yang menemukan adanya hubungan yang signifikan antara kualitas tidur yang buruk dengan kejadian hipertensi pada remaja ($p < 0,05$), dan terdapat 2 jurnal yang menemukan tidak ada hubungan antara kualitas tidur yang buruk dengan kejadian hipertensi pada remaja ($p > 0,05$), serta terdapat 5 jurnal yang menemukan adanya tingkat risiko antara kualitas tidur yang buruk dengan kejadian hipertensi pada remaja yaitu 1,67-5,443. Disarankan setelah dilakukan studi literatur ini, remaja mendapatkan pengetahuan mengenai hipertensi dan dapat mencegah dari kejadian hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Remaja, Indeks Massa Tubuh, Aktifitas Fisik, Kualitas Tidur

ABSTRACT

Pradana, M, Raffli, Naresca. 2023. *Literature Study: The Relation Factors of Body Mass Index, Physical Activity, and Sleep Quality on the Incidence of Hypertension in Adolescents*. Final Assignment. Faculty of Medicine, Wijaya Kusuma Surabaya University. Advisor: Dr. Sri Lestari Utami, S.Si, M.Kes¹⁾, dr. Jimmy Hadi Widjaja, Sp.PA²⁾.

Hypertension is a non-communicable disease with the most number of sufferers in Indonesia. Hypertension in Indonesia does not only attack people with old age, but also in their teens. This study was aimed to present a literature review on the relation factors of body mass index, physical activity, and sleep quality on the incidence of hypertension in adolescents. The writing method uses a literature study with a systematic review. Research journals were obtained through internet searches on the google scholar and science direct sites which were published in 2017-2023 with the keywords hypertension, adolescents, body mass index, physical activity, and sleep quality. The results of the study were that there were 22 journals which found an significant relation between high BMI ($BMI \geq 23$), obesity, and being overweight with the incidence of hypertension in adolescents ($p < 0.05$), and there were 22 journals that found a risk level between high BMI ($BMI \geq 23$), obesity, and overweight with the incidence of hypertension in adolescents, namely 1.69-26.062. There were 7 journals which find an significant relation between less physical activity and the incidence of hypertension in adolescents ($p < 0.05$), and there were 5 journals which find a risk level between less physical activity and the incidence of hypertension in adolescents namely 3.060-6.14. There were 7 journals which found an significant relation between poor sleep quality and the incidence of hypertension in adolescents ($p < 0.05$), and there were 2 journals which found no relation between poor sleep quality and the incidence of hypertension in adolescents ($p > 0.05$), there were 5 journals that found a risk level between poor sleep quality and the incidence of hypertension in adolescents, namely 1.67-5.443. It is recommended that after this literature study, adolescents gain knowledge about hypertension and can prevent the occurrence of hypertension.

Keywords: *Hypertension, Adolescents, Body Mass Index, Physical Activity, Sleep Quality*