

**HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DAN STRES TERHADAP
KEJADIAN HIPERTENSI IBU HAMIL SEBAGAI
FAKTOR RISIKO PENYAKIT JANTUNG
DI PUSKESMAS PAYUNG SEKAKI KOTA PEKANBARU**

SKRIPSI



OLEH :

SITI MARHAMAH RAMADANI

P032515301R164

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN RIAU
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
PEKANBARU**

2026

**HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DAN STRES TERHADAP
KEJADIAN HIPERTENSI IBU HAMIL SEBAGAI
FAKTOR RISIKO PENYAKIT JANTUNG
DI PUSKESMAS PAYUNG SEKAKI KOTA PEKANBARU**

“Diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada Program Studi
Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau”

SKRIPSI



OLEH :

SITI MARHAMAH RAMADANI

P032515301R164

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN RIAU
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
PEKANBARU**

2026

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Aktifitas Fisik dan Stres terhadap Kejadian Hipertensi Ibu Hamil sebagai Faktor Risiko Penyakit Jantung di Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru Tahun 2026.

Nama : Siti Marhamah Ramadani

Nomor Induk Mahasiswa : P032515301R164

Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

Tanggal Ujian : 09 Juli 2026

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping


Bdn. Septi Indah Permata Sari, S.ST., M.Keb.
NIP. 199209072019022001


Bdn. Elly Susilawati, S.ST., M.Keb.
NIP.198401052008122002

Ketua Penguji

Anggota Penguji


Bdn. Findy Hindratni, S.ST., M.Keb.
NIP. 198606162019022002


Bdn. Yan Sartika, S.ST., M.Keb.
NIP. 198001232002122001

Direktur

Ketua Jurusan Kebidanan


Bdn. Rully Hevriani, S.ST., M.Keb., M.H.
NIP. 198108202002122001


Bdn. Yan Sartika, S.ST., M.Keb.
NIP. 198001232002122001

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Siti Marhamah Ramadani

NIM : P032515301R164

Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

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

Hubungan Aktifitas Fisik dan Stres terhadap Kejadian Hipertensi Ibu Hamil sebagai Faktor Risiko Penyakit Jantung di Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru

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

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Pekanbaru, 9 Juli 2026



Siti Marhamah Ramadani

RIWAYAT HIDUP PENULIS



Nama : Siti Marhamah Ramadani
Tempat/ Tanggal Lahir : Dumai, 08 Nov 2004
Agama : Islam
Alamat : Jl. Budi Utomo, GG. Datu

Nama Orang Tua

1. Ayah : Junaidi
2. Ibu : Walisda

RIWAYAT PENDIDIKAN

NO	PENDIDIKAN	TEMPAT	TAHUN LULUS
1	SD	Dumai	2016
2	SMP/MTs	Dumai	2019
3	SMA/MA	Dumai	2022
4	DIII Poltekkes Kemenkes Riau	Pekanbaru	2025
5	Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau	Pekanbaru	2026

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan Skripsi ini dengan judul **“Hubungan Aktifitas Fisik Dan Stres Terhadap Kejadian Hipertensi Ibu Hamil Sebagai Faktor Risiko Penyakit Jantung Di Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru”**. Skripsi diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau.

Dalam penulisan Skripsi penulis mendapatkan bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak. Maka dari itu, penulis mengucapkan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bdn. Rully Hevrialni, S.ST., M.Keb, MH, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Riau.
2. Bdn. Yan Sartika, S.ST., M.Keb, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau dan penguji II yang telah memberikan kritik serta saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bdn. Yanti, S.ST., M.Keb, selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau
4. dr. Uvirda, MKM, selaku kepala puskesmas payung sekaki yang telah memberikan izin dan memfasilitasi selama proses penelitian skripsi ini.
5. Bdn. Septi Indah Permata Sari, S.ST., M.Keb, selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bdn. Elly Susilawati, S.ST., M.Keb selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Bdn. Findy Hindratni, S.ST., M.Keb selaku penguji I yang telah memberikan kritik serta saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Cinta pertama dan panutan penulis, Ayahanda tersayang dan pintu surgaku Ibunda tercinta. Terimakasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih yang diberikan. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan bangku perkuliahan, namun mereka mampu senantiasa memberikan yang terbaik, tidak kenal lelah mendoakan serta memberikan perhatian dan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan Skripsi ini. Semoga ayah dan

mamak sehat, panjang umur dan bahagia selalu.

9. Adik kandung laki-laki, Muhammad Fahtir Sidik. Terimakasih atas segala doa dan support yang telah diberikan kepada penulis dalam proses pembuatan Skripsi ini.
10. Sahabat terbaik dan tersayang penulis sejak SMA yang menemani dan tetap bersama dimasa perkuliahan ini, Naura Gazani, Suci Alfianti dan Lisa Dwiyanti, terimakasih sudah memberikan banyak memori baik, dukungan serta semangat kepada penulis.
11. Mazzaya Zalia Ramadhani yang sedari awal penulis menginjakkan kaki di Poltekkes Riau senantiasanya membantu saat senang maupun susah, menemani, dan memotivasi penulis.
12. Annisa dan Nurina yang sejak awal telah berjuang bersama di Jurusan Kebidanan, membantu, menemani, dan memotivasi penulis
13. Seluruh Dosen Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau yang telah banyak memberikan ilmu kepada penulis.
14. Rekan-rekan seperjuangan mahasiswa Poltekkes Kemenkes Riau Prodi Sarjana Terapan Kebidanan yang telah membantu, memberikan dukungan, kritik dan saran yang sifatnya membangun demi sempurnanya Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna oleh karena itu penulis mengharapkan kritik, saran dan masukan yang membangun untuk kesempurnaan skripsi ini, semoga bermanfaat bagi pembaca.

Pekanbaru, 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	iii
RIWAYAT HIDUP PENULIS.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN	v
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.5 Ruang Lingkup	7
BAB 2 TINJAUAN TEORI.....	9
2.1 Konsep Dasar Kehamilan	9
2.2 Tekanan Darah.....	12
2.3 Konsep Dasar Aktivitas Fisik	15
2.4 Konsep Dasar Stres	21
2.5 Penelitian Terkait.....	25
2.6 Kerangka Teori	28
BAB 3 KERANGKA KONSEP, DEFENISI OPERASIONAL, DAN HIPOTESIS	29
3.1 Kerangka Konsep	29
3.2 Defenisi Operasional	29
3.3 Hipotesis.....	30
BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN.....	31
4.1 Jenis Penelitian dan Desain Penelitian	31
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian	31
4.3 Populasi dan Sampel	31
4.4 Metode Pengumpulan Data	32

4.5 Instrumen Penelitian.....	32
4.6 Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data.....	33
4.7 Teknik Pengumpulan Sampel	34
4.8 Analisis Data.....	35
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	36
5.1 Hasil Penelitian.....	36
5.2 Pembahasan	39
BAB 6 KASIMPULAN DAN SARAN.....	53
6.1 Kesimpulan.....	53
6.2 Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Defenisi Operasional	29
Tabel 5. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	36
Tabel 5. 2 Gambaran Aktifitas Fisik pada Ibu Hamil di Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru pada Mei-Juni 2026	37
Tabel 5. 3 Gambaran Tingkat Stres pada Ibu Hamil di Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru pada Mei-Juni 2026	37
Tabel 5. 4 Gambaran Kejadian Hipertensi pada Ibu Hamil di Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru pada Mei-Juni 2026	37
Tabel 5. 5 Hubungan Aktifitas Fisik pada Ibu Hamil di Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru pada Mei-Juni 2026	38
Tabel 5. 6 Hubungan Tingkat Stres pada Ibu Hamil di Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru pada Mei-Juni 2026	38

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Konsultasi
- Lampiran 2 : Surat Izin Penelitian
- Lampiran 3 : Keterangan Lolos Kaji Etik
- Lampiran 4 : Nota Dinas Kesehatan
- Lampiran 5 : Surat Balasan Puskesmas
- Lampiran 6 : Persetujuan Responden/ *Informed Consent*
- Lampiran 7 : Kuesioner Penelitian
- Lampiran 8 : Observasi/Lembar Ceklis
- Lampiran 9 : Master Tabel
- Lampiran 10 : Hasil Olah Data/Output SPSS
- Lampiran 11 : Lembar Naskah Penelitian
- Lampiran 12 : Dokumentasi