



**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA REMAJA DESA NYATNYONO
KECAMATAN UNGARAN BARAT
KABUPATEN SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana

Oleh :

ADIT ROBBY INDIASWORO

020117A002

PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2021

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA
REMAJA DESA NYATNYONO KECAMATAN UNGARAN BARAT
KABUPATEN SEMARANG**

Oleh:

ADIT ROBBY INDIASWORO

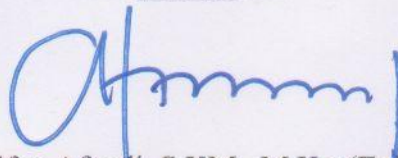
NIM. 020117A002

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah
diperkenankan untuk diujikan.

Ungaran, 10 Februari 2021

Pembimbing



Alfan Afandi, S.KM., M.Kes(Epid)
NIDN. 0616098802

LEMBAR PENGESAHAN

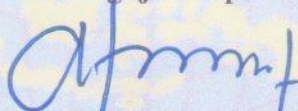
Skripsi berjudul:
**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI ADA
REMAJA DESA NYATNYONO KECAMATAN UNGARAN BARAT
KABUPATEN SEMARANG**

Oleh:
ADIT ROBBY INDIASWORO
NIM. 020117A002

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Kesehatan
Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, Pada :

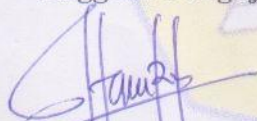
Hari : Jum'at
Tanggal : 12 Februari 2021

Tim Penguji :
Ketua Penguji Skripsi



Alfani Afandi, S.KM., M.Kes. (Epid)
NIDN. 0616098802

Anggota/ Penguji 1



Ita Puji Lestari, S.KM., M.Kes
NIDN. 0617038801

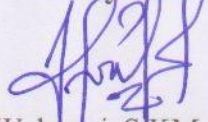
Anggota/ Penguji 2



Sri Wahyuni, S.KM., M.Kes
NIDN. 0613117502

Mengetahui,

**Ketua Program Studi S1 Kesehatan
Masyarakat**



Sri Wahyuni, S.KM., M.Kes
NIDN. 0613117502



PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Adit Robby Indiasworo

NIM : 020117A002

Program Studi/Fakultas : S1 Kesehatan Masyarakat/Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

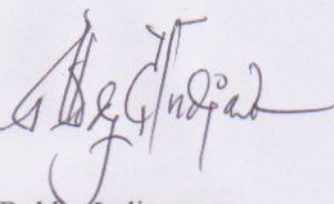
1. Skripsi berjudul **“Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang”** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo

Pembimbing


Alfani Afandi, S.KM., M.Kes(Epid)
NIDN. 0616098802

Ungaran, Februari 2021
Yang membuat pernyataan,




Adit Robby Indiasworo

KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Adit Robby Indiasworo

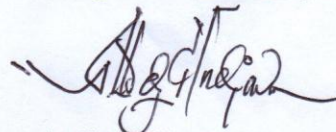
NIM : 020117A002

Program Studi/Fakultas : S1 Kesehatan Masyarakat/Kesehatan

Menyatakan memberikan kewenangan kepada kampus Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/format-kan, merawat dan mempublikasikan skripsi saya dengan judul **“HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA REMAJA DESA NYATNYONO KECAMATAN UNGARAN BARAT KABUPATEN SEMARANG”** untuk kepentingan akademis.

Ungaran, Februari 2021

Yang Membuat Pernyataan



(Adit Robby Indiasworo)

MOTTO



“Sesungguhnya Allah tidak akan merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri”

(QS. Ar-Ra’du: 11)

“Orang yang beriman kepada Allah akan selalu berusaha mencari ilmu dan mengembangkannya dan kemudian mempergunakannya untuk mencari kebaikan dan manfaat bagi dirinya, keluarga dan masyarakat”

(QS. Al-Isra’: 85)

“Allah akan meninggikan derajat orang-orang yang beriman diantaramu dan orang-orang yang mempunyai ilmu pengetahuan beberapa derajat”

(QS. Al-Mujadilah: 11)

Semua impian kita bisa terwujud jika kita memiliki tekad yang kuat untuk menggapainya.

(Penulis)

PERSEMBAHAN

Aku bersujud dan mengucapkan syukur kepada Allah SWT
yang telah memberikan petunjuk dan kekuatan
dengan segala kesempurnaan dan keagungan-Nya.

Dengan rasa syukur dan rendah hati, karya ini kupersembahkan untuk:

1. Bapak dan Ibu, terimakasih atas do'a dan kasih sayangnya.
2. Adik tersayang terima kasih atas semangat dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Seluruh keluarga besar penulis yang selalu memberikan semangat, dorongan, dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Segenap Dosen Program Studi Kesehatan Masyarakat yang telah memberikan ilmu dan bimbingan kepada penulis.
5. Teman-teman Program Studi Kesehatan Masyarakat angkatan 2017, terima kasih atas persahabatan kalian semua, persahabatan ini sungguh luar biasa.
6. Penulisan skripsi ini juga saya persembahkan kepada Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, dan Almamater Universitas Ngudi Waluyo.
7. Pembaca yang budiman.

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan
Skripsi, 09 Februari 2021
Adit Robby Indiasworo
020117A002

“Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi pada Remaja di Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang”.

ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi adalah penyakit yang menyebabkan kematian tinggi. Penyakit hipertensi sangat dipengaruhi oleh gaya hidup yang tidak sehat, diantaranya kualitas tidur, stress, kebiasaan merokok, konsumsi lemak, konsumsi alkohol dan konsumsi kopi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada Remaja Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.

Metode : Desain penelitian ini deskriptif korelasi menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini remaja di Desa Nyatnyono Kabupaten Semarang dengan sampel 144 orang diambil dengan teknik *quota sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner. Data dianalisis dengan uji *chi square*.

Hasil : Remaja di Desa Nyatnyono yang mengalami stress (17,4%), kualitas tidur buruk (13,2%), merokok (22,2,%), mengkonsumsi lemak (13,2%), mengkonsumsi alkohol (14,6%) dan mengkonsumsi kopi (19,9%). Pada penelitian ini terdapat hubungan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi dengan nilai p value stress (pv = 0,000), kualitas tidur (pv = 0,000), kebiasaan merokok (pv = 0,000), konsumsi lemak (pv = 0,000), konsumsi alkohol (pv = 0,000), konsumsi kopi (pv = 0,000), dan gaya hidup (pv = 0,000).

Simpulan : Kejadian hipertensi pada remaja Desa Nyatnyono berkaitan dengan gaya hidup antara lain : stress, kualitas tidur, merokok, konsumsi lemak, konsumsi alkohol, dan konsumsi kopi.

Kata Kunci : gaya hidup, kejadian hipertensi, remaja
Kepustakaan : 121 (2010-2019)

Universitas Ngudi Waluyo
Study Program of Public Health, Faculty of Health
Final Project, 09 February 2021
Adit Robby Indiasworo
020117A002

"The Relationship between Lifestyle and the Incidence of Hypertension in Adolescents in Nyatnyono Village, West Ungaran District, Semarang Regency".

ABSTRACT

Background: Hypertension is a disease that causes high mortality. Hypertension is strongly influenced by an unhealthy lifestyle, including sleep quality, stress, smoking habits, fat consumption, alcohol consumption and coffee consumption. The purpose of this study was to determine the relationship between lifestyle and the incidence of hypertension in adolescents in Nyatnyono Village, West Ungaran District, Semarang Regency.

Methods: This research design is descriptive correlation using cross sectional approach. The population in this study were adolescents in Nyatnyono Village, Semarang Regency, with a sample of 144 people who were taken using a quota sampling technique. Data collection tools using the DASS 42 questionnaire, PSQI, and questionnaires. Data were analyzed by using chi square test.

Results: Adolescents in Nyatnyono Village who experience stress (17.4%), poor sleep quality (13.2%), smoke (22.2%), consume fat (13.2%), consume alcohol (14.6%) and consuming coffee (19.9%). In this study, there is a relationship between lifestyle and the incidence of hypertension with p value stress (pv = 0,000), sleep quality (pv = 0,000), smoking habits (pv = 0,000), fat consumption (pv = 0,000), alcohol consumption (pv = 0.000), coffee consumption (pv = 0.000), and lifestyle (pv = 0.000).

Conclusion: The incidence of hypertension among adolescents in Nyatnyono Village is related to lifestyle, among others: stress, sleep quality, smoking, fat consumption, alcohol consumption, and coffee consumption.

Keywords : lifestyle, incidence of hypertension, adolescents

Bibliography : 121 (2010-2019)

PRAKATA



Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, atas segala limpahan Rahmat serta Hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi pada Remaja Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang”.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat yang harus dipenuhi untuk meraih gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.KM) Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Ngudi Waluyo. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah berjasa memberikan bantuan, bimbingan dan saran-saran yang membangun demi tersusunnya skripsi ini.

Dengan segala ketulusan dan kerendahan hati penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Subyantoro, M. Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Kustiyono, S.Kom., M.Kom, Wakil Rektor I selaku Koordinator Bidang Akademik dan Pengembangan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Dr. Sigit Ambar Widyawati, S.KM., M.Kes, Wakil Rektor II selaku Koordinator Bidang Administrasi Umum dan Kepegawaian Universitas Ngudi Waluyo.
4. Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep, Wakil Rektor III selaku Koordinator Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama Universitas Ngudi Waluyo.

5. Rosalina, S.Kp., M.Kes. Selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
6. Sri Wahyuni, S.KM., M.Kes selaku Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Ngudi Waluyo.
7. Alfian Afandi, S.KM., M.Kes (Epid) selaku pembimbing utama yang telah banyak meluangkan waktu dan sabar dalam memberikan saran, bimbingan, masukan, nasehat dan motivasi dalam pembuatan Skripsi ini.
8. Bapak Ibu Dosen Program Studi Kesehatan Masyarakat yang telah membantu dan memberikan dukungan dalam penyusunan Skripsi ini.
9. Kedua orang tua saya (Bapak Sartam dan Ibu Yatinem), terima kasih yang tiada tara atas do'a, cinta, kasih sayang, dan semangat yang begitu tulus diberikan kepada penulis. Untuk bapak dan ibu semoga Allah SWT selalu memberikan rahmat serta kesehatan agar bisa terus mendampingi penulis di masa depan. Aamiin
10. Adik saya Bagatdjati Restu Nugroho terima kasih atas do'a, kasih sayang dan semangatnya.
11. Untuk keluarga besar penulis yang selalu memberi semangat dan dukungan yang tiada henti kepada penulis.
12. Rekan-rekan S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Ngudi Waluyo angkatan 2017 yang selalu memberikan semangat kepada penulis dalam penyusunan Skripsi ini.

13. Rekan-rekan penghuni kontrakan Gedanganak yang ikhlas membantu dalam proses penyusunan Skripsi ini.

14. Semua pihak yang telah membantu baik secara moral maupun material yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak yang membacanya.

Ungaran, Februari 2021

Penyusun

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN ORISINILITAS	iv
KESEDIAAN PUBLIKASI	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
PRAKATA	x
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I <u>PENDAHULUAN</u>	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II <u>TINJAUAN PUSTAKA</u>	Error! Bookmark not defined.
A. Tinjauan Teori	Error! Bookmark not defined.
1. Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2. Gaya hidup	Error! Bookmark not defined.
3. Remaja	Error! Bookmark not defined.
4. Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi	Error!
Bookmark not defined.	
B. Kerangka Teori	Error! Bookmark not defined.
C. Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.
D. Hipotesis	Error! Bookmark not defined.

BAB III METODE PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Desain Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Lokasi Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Subjek Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
E. Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
F. Etika Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
G. Pengolahan Data	Error! Bookmark not defined.
H. Analisis Data.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil.....	Error! Bookmark not defined.
B. Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
C. Keterbatasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB V PENUTUP.....	Error! Bookmark not defined.
A. Simpulan.....	Error! Bookmark not defined.
B. Saran	98

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

- Tabel 1.1 Klasifikasi Tekanan Darah menurut JNC 7-VII, 2013 **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3.1 Definisi Operasional..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3.2 Kisi-Kisi Kuesioner Variabel Kebiasaan Merokok **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Stres pada Remaja Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kualitas Tidur pada Remaja Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kebiasaan Merokok pada Remaja Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Konsumsi Lemak pada Remaja Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Konsumsi Alkohol pada Remaja Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Konsumsi Kopi pada Remaja Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Gaya Hidup pada Remaja Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kejadian Hipertensi pada Remaja Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.9 Hubungan Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Remaja Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.10 Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Hipertensi pada Remaja Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.11 Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada Remaja Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.12 Hubungan Konsumsi Lemak dengan Kejadian Hipertensi pada Remaja Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4.13 Hubungan Konsumsi Alkohol dengan Kejadian Hipertensi pada Remaja Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4.14 Hubungan Konsumsi kopi dengan Kejadian Hipertensi pada Remaja Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4.15 Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi pada Remaja Desa Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Permohonan Sebagai Responden
- Lampiran 2 Lembar Persetujuan Sebagai Responden
- Lampiran 3 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 4 Lembar Penilaian PSQI
- Lampiran 5 SOP Pengukuran Tekanan Darah
- Lampiran 6 Surat Penelitian dan Pencarian Data dari Universitas Ngudi Waluyo
- Lampiran 7 Surat Keterangan Penelitian dari Pemerintah Desa Nyatnyono
- Lampiran 8 Input Data Hasil Penelitian
- Lampiran 9 Hasil Uji Univariat
- Lampiran 10 Hasil Uji Bivariat
- Lampiran 11 Tanggapan Responden pada Setiap Variabel Kuesioner
- Lampiran 12 Dokumen Penelitian
- Lampiran 13 Bukti Bimbingan Skripsi