

**Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan
Skripsi, Januari 2022
Angela Evilina Bulu
010115A014**

TINGKAT PENGETAHUAN DAN POLA HIDUP LANSIA DENGAN HIPERTENSI

ABSTRAK

Latar Belakang : Pola hidup sehari-hari seperti mengonsumsi makanan yang tinggi garam, stres, merokok, jarang berolahraga, dan minum-minuman beralkohol menjadi pemicu timbulnya penyakit hipertensi. Pengetahuan yang baik tentang hipertensi akan mempermudah lansia melaksanakan pola hidup yang sehat yang dapat menurunkan tekanan darah, mencegah terjadinya hipertensi, meningkatkan efektivitas obat anti hipertensi dan menurunkan resiko terjadinya penyakit kardiovaskuler.

Metode : Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif korelatif, dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi semua lansia di Desa Nyatnyono Ungaran Barat Kabupaten Semarang yaitu sejumlah 297 lansia yang memiliki riwayat hipertensi. Sampel sebanyak 75 responden dengan teknik *purposive sampling* menggunakan uji korelasi *Chi Square*.

Hasil : Desa Nyatnyono Ungaran Barat Kabupaten Semarang memiliki tingkat pengetahuan tentang hipertensi dalam kategori kurang yaitu sebesar 36 responden (48%), sebagian besar responden memiliki pola hidup sehat yang baik yaitu sebesar 49 responden (65,3%), dan ada hubungan antara tingkat pengetahuan dan pola hidup lansia yang memiliki riwayat hipertensi (nilai *p-value* 0,000).

Saran : Hasil penelitian ini digunakan sebagai dasar pemahaman pengetahuan dan informasi bagi lansia mengenai hipertensi dan memfasilitasi lansia untuk menjaga pola hidup sehat sehingga lansia memiliki riwayat hipertensi bisa mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci : Tingkat Pengetahuan, Pola Hidup, Lansia,

**Universitas Ngudi Waluyo
Nursing Program, Faculty of Health
Final Assignment, January 2022
Angela Evilina Bulu
010115A014**

LEVEL OF KNOWLEDGE AND LIFESTYLE OF ELDERLY WITH HYPERTENSION

ABSTRACT

Background : The pattern of daily living such as consuming high-sodium foods, getting stress, smoking, rarely exercising, and drinking alcoholic beverages can trigger hypertension. Good knowledge about hypertension will make it easier for the elderly people to carry out a healthy lifestyle that can reduce blood pressure, prevent hypertension, increase the effectiveness of antihypertensive drugs and reduce the risk of cardiovascular disease.

Method : This research was a descriptive correlative research type, with a cross sectional approach. The population of all elderly people in Nyatnyono Village, West Ungaran, Semarang Regency was a total of 297 elderly people who have a history of hypertension. The samples were 75 respondents with purposive sampling and technique using Chi Square statistical test.

Result : Nyatnyono Village, West Ungaran, Semarang Regency had a level of knowledge about hypertension in the less category, indicated by 36 respondents (48%), most of the respondents had a good healthy lifestyle as many as 49 respondents (65.3%), and there is a relationship between knowledge of hypertension and healthy lifestyle of the elderly who have a history of hypertension (p-value 0.000).

Suggestion : The results of this study are used as a basis for understanding knowledge and information for the elderly people about hypertension and facilitating the elderly people to maintain a healthy lifestyle so that the elderly people who have a history of hypertension can apply it in their daily life.

Keyword : Knowledge Level, Healthy Lifestyle, Elderly People,