

**Universitas Ngudi Waluyo**  
**Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan**  
**Skripsi, September 2021**  
**Alifa Esti Nur Fauziah**  
**020117A003**

## **GAMBARAN PERILAKU PENCEGAHAN HIPERTENSI PADA REMAJA DI KECAMATAN TODANAN**

### **ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Kejadian hipertensi remaja usia 15-17 tahun sebesar 5,3%, pada usia 18-24 tahun sebesar 13,2%. Penderita hipertensi berusia  $\geq 15$  tahun di Kabupaten Blora sebanyak 27,89% pada tahun 2019. Remaja hipertensi yang tidak ditangani, berisiko menderita komplikasi sejalan dengan bertambahnya usia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran perilaku pencegahan hipertensi pada remaja di Kecamatan Todanan.

**Metode :** Jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan desain *Cross sectional*. Jumlah sampel sebanyak 100 orang yang diambil dengan teknik *quota sampling*. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase.

**Hasil :** Remaja yang mempunyai perilaku kurang baik dalam pencegahan hipertensi adalah 63 orang (63,0%), perilaku baik adalah 37 orang (37,0%); tidak melakukan cek kesehatan adalah 67 orang (67,0%) melakukan cek kesehatan adalah 33 orang (33,0%); tidak merokok adalah 61 orang (61%), merokok adalah 39 orang (39,0%); cukup aktifitas fisik adalah 53 orang (53%), kurang aktifitas fisik adalah 47 orang (47%); cukup konsumsi makanan bergizi seimbang adalah 55 orang (55%), kurang konsumsi makanan bergizi seimbang adalah 45 orang (45%); durasi tidur kurang adalah 59 orang (59%), durasi tidur cukup adalah 41 orang (41%); tidak merasakan stress adalah 52 orang (52,0%), merasakan stress adalah 48 orang (48%).

**Simpulan :** Remaja di Kecamatan Todanan mempunyai perilaku kurang baik dalam pencegahan hipertensi. Remaja lebih banyak yang tidak melakukan cek kesehatan, tidak merokok, cukup aktifitas fisik, cukup konsumsi makanan bergizi seimbang, durasi tidur kurang, dan tidak merasakan stress.

**Kata Kunci :** Perilaku, Pencegahan, Hipertensi, Remaja

**Ngudi Waluyo University**  
**Public Health Study Program, Faculty of Health**  
**Final Project, September 2021**  
**Alifa Esti Nur Fauziah**  
**020117A003**

## **OVERVIEW OF HYPERTENSION PREVENTION BEHAVIOR IN ADOLESCENTS IN TODANAN SUBDISTRICT**

### **ABSTRACT**

**Background :** The incidence of adolescent hypertension aged 15-17 years by 5.3%, aged 18-24 years by 13.2%. People with hypertension aged  $\geq 15$  years in Blora Regency in 2019 was 27.89%. Untreated adolescent hypertension have the risk of suffering complications as they get older. The purpose of this study is to find out the overview of hypertension prevention behavior in adolescents in Todanan Subdistrict.

**Method :** Research type is quantitative descriptive with cross sectional design. The number of samples are 100 people taken by quota sampling techniques. The analysis used is a univariate analysis and presented in the form of frequency and percentage distributions.

**Result :** Adolescents with less good behavior in the prevention of hypertension are 63 (63.0%), good behavior are 37 (37.0%); did not do a health check were 67 (67.0%), did a health check were 33 (33.0%); do not smoke are 61 (61.0%), smoke are 39 (39.0%); enough physical activities are 53 (53,0%), less physical activities are 47 (47,0%); enough consumption of balanced nutritious food are 55 (55,0%), less consumption of balanced nutritious food are 45 (45,0%); less sleep duration are 59 (59,0%), enough sleep duration are 41 (41,0%); do not feel stress are 52 (52,0%) and feel stress are 48 (48,0%).

**Conclusion :** Adolescents in Todanan Subdistrict have less good behavior in hypertensive prevention. More adolescents did not do a health check, do not smoke, enough physical activities, enough consumption of balanced nutritious food, enough sleep duration, and do not feel stress.

**Keywords :** Behavior, Prevention, Hypertension, Adolescents