

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan,
Universitas Ngudi Waluyo
Skripsi, Agustus 2025
Johantri Ariyanto
011211065

DESKRIPSI GAYA HIDUP SEBAGAI FAKTOR RESIKO HIPERTENSI USIA PRODUKTIF

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi adalah suatu kondisi atau keadaan dimana seseorang mengalami kenaikan tekanan darah di atas batas normal yang akan menyebabkan rasa sakit hingga kematian, Hipertensi sering disebut sebagai (silent killer) dikarenakan penderita mengetahui setelah mengalami komplikasi. Saat ini, lebih dari 25% dari populasi dunia bahwa presentase ini dapat meningkat 29% pada tahun 2025.

Metode: Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif hubungan korelasi. Dengan desain accidental sampling yang bertujuan untuk menggambarkan secara objektif terhadap Tingkat resiko hipertensi usia produktif, menggunakan kuisisioner yang diisi pada satu waktu tertentu. Populasi penelitian ini adalah warga usia produktif di desa pundung putih yang berjumlah 274 responden dengan teknik accidental sampling sebanyak 100 responden. Alat ukur yang digunakan Kuesioner gaya hidup, untuk resiko hipertensi menggunakan alat ukur Menggunakan spyghnomanometer atau tensi digital. Analisa data yang digunakan adalah *Chi-Square*.

Hasil: Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari total 100 responden sebagian besar responden mempunyai gaya hidup yang baik yaitu sebanyak 78 responden (78%) dan responden mempunyai gaya hidup tidak sehat yang baik yaitu sebanyak 22 responden (22%). Pada uji pearson dengan SPSS menunjukkan bahwa nilai ρ value = 0,000 maka $\rho < \alpha$ (0,05), sehingga H1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan gaya hidup sehat dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Desa Pundung Putih

Simpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan gaya hidup dengan faktor resiko hipertensi pada usia produktif

Saran: Pihak instansi kesehatan puskesmas dan posyandu remaja diharapkan dapat memahami arahan mengenai kejadian hipertensi di usia produktif untuk memahami gaya hidup yang menjadi faktor resiko hipertensi usia produktif

Kata kunci: Usia produktif, Gaya hidup, Hipertensi

Referensi : 30 (2003-2024)

Ngudi Waluyo University
Bachelor of Nursing Study Program, Faculty of Health
Ngudi Waluyo University
Thesis, August 2025
Johantri Ariyanto
011211065

DESCRIPTION OF LIFESTYLE AS A RISK FACTOR FOR HYPERTENSION IN PRODUCTIVE AGE

ABSTRACT

Background: Hypertension is a condition or situation where a person experiences an increase in blood pressure above normal limits which will cause pain and even death. Hypertension is often referred to as (the silent killer) because sufferers find out after experiencing complications. Currently, it is more than 25% of the world's population that this percentage could increase to 29% by 2025.

Method: This type of research is descriptive research. With an accidental sampling design that aims to describe objectively the level of hypertension risk of productive age, using a questionnaire filled out at a certain time. The population of this study was productive age residents in Pundung Putih village totaling 274 respondents with an accidental sampling technique of 100 respondents. The measuring instrument used was a lifestyle questionnaire, for the risk of hypertension using a measuring instrument Using a sphygmomanometer or digital blood pressure. Data analysis used was Chi-Square.

Results: Based on the results of the study, it can be seen that out of a total of 100 respondents, most of the respondents have a good lifestyle, namely 78 respondents (78%) and respondents have a good unhealthy lifestyle, namely 22 respondents (22%). The Pearson test with SPSS shows that the p value = 0.000 then $p < \alpha$ (0.05), so H1 is accepted. This shows that there is a relationship between a healthy lifestyle and the incidence of hypertension in the productive age group in Pundung Putih Village.

Conclusion: There is a significant relationship between a healthy lifestyle and the risk of hypertension in productive age.

Suggestion: It is hoped that health institutions, community health centers and adolescent integrated health posts, will be able to understand the guidance regarding the occurrence of hypertension in productive age groups to change the healthy lifestyle of productive age groups.

Keywords: Productive age, Lifestyle, Hypertension

References: 30 (2003-2024)