

Nama : Endah Ramayani
NIM : 1033222023
Program Studi : Sarjana Keperawatan
Judul Skripsi : Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Di Poli Internis Rumah Sakit Bhayangkara Tk. I Puskor Polri

ABSTRAK

Hipertensi merupakan masalah penyebab kematian sekitar 8 juta orang di dunia setiap tahun, dengan 1,5 juta kematian di Asia Tenggara. Gaya hidup pasien usia dewasa sekarang memberikan dampak yang buruk bagi kesehatan. Beberapa faktor risiko gaya hidup yang dapat menyebabkan hipertensi meliputi pola makan, tingkat aktivitas fisik, kebiasaan merokok, dan pola stres individu. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa di Poli Internis RS Bhayangkara TK. I Puskor Polri. Penelitian ini menggunakan analitik kasus kontrol (*case control*), yaitu kelompok hipertensi sebagai kasus dan kelompok tidak hipertensi sebagai kontrol. Jumlah responden sebanyak 126 responden, dengan *purposive sampling*. Hasil penelitian ini didapatkan sebagian besar aktivitas fisik positif (60,3%), sebagian besar responden tidak merokok (57,1%), sebagian besar pola makan sehat (57,9%), sebagian besar kebiasaan istirahat/tidur buruk (53,2%), dan sebagian besar stres berat (50,8%). Ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi, nilai $p: 0,002$, ada hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi, nilai $p: 0,000$, ada hubungan kebiasaan tidur dengan kejadian hipertensi, nilai $p: 0,000$, ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi, nilai $p: 0,004$, ada hubungan stress dengan kejadian hipertensi, nilai $p: 0,021$. Perawat hendaknya melakukan edukasi keperawatan terkait gaya hidup sehat yang dapat mencegah hipertensi.

Kata kunci : Hipertensi, gaya hidup, aktivitas fisik, merokok, kebiasaan tidur, pola makan, stress.

Name : Endah Ramayani
NIM : 1033222023
Study Program : Bachelor of Nursing
Thesis Title : Relationship between Lifestyle with Adults Hypertension Incidence at the Internist Polyclinic Bhayangkara Tk. I Puskor Polri Hospital

ABSTRACT

Hypertension is a problem that causes death of 8 million people in the world each year, with 1.5 million deaths in Southeast Asia. The lifestyle of adult patients now has a negative impact on health. Several lifestyle risk factors that can cause hypertension include diet, physical activity levels, smoking habits, and stress. This study aims to determine the relationship between Lifestyle with Adults Hypertension Incidence at the Internist Polyclinic Bhayangkara Tk. I Puskor Polri Hospital. This study used case control analysis, namely the hypertension group as cases and the non-hypertension group as controls. The number of respondents was 126 respondents, purposive sampling. The results of this study obtained that most of the physical activity was positive (60.3%), most of the respondents did not smoke (57.1%), most of the healthy eating patterns (57.9%), most of the bad rest/sleep habits (53.2%), and most of the severe stress (50.8%). There is a relationship between physical activity and the incidence of hypertension, p value: 0.002, there is a relationship between smoking habits and the incidence of hypertension, p value: 0.000, there is a relationship between sleeping habits and the incidence of hypertension, p value: 0.000, there is a relationship between diet and the incidence of hypertension, p value: 0.004, there is a relationship between stress and the incidence of hypertension, p value: 0.021. Nurses should provide nursing education related to a healthy lifestyle that can prevent hypertension.

Keywords: Hypertension, lifestyle, physical activity, smoking, sleep habits, diet, stress.