

ABSTRAK

HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEKAMBUIHAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS TUBAN KECAMATAN TUBAN KABUPATEN TUBAN

Oleh:

DZINURIN NAFI'AH
NIM: P27820519017

Indonesia saat ini sedang dihadapkan dengan adanya perubahan dari *mortalitas* dan *morbiditas* yang dulunya lebih disebabkan oleh penyakit menular sekarang lebih sering disebabkan oleh penyakit yang sifatnya kronis atau tidak menular. Salah satu yang tergolong dalam penyakit tidak menular yaitu hipertensi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui adanya hubungan antara gaya hidup dengan kekambuhan hipertensi di Puskesmas Tuban.

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan yaitu *total sampling* berjumlah 46 penderita hipertensi yang mengikuti kegiatan Prolanis. Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner untuk gaya hidup dan lembar observasi tekanan darah untuk kekambuhan hipertensi. Analisis data menggunakan uji *chi-square*

Hasil penelitian setelah dilakukan adalah penderita hipertensi sebagian besar 67,4% asupan garam kurang baik. hampir seluruhnya tidak mengonsumsi alkohol 95,7%. Sebagian besar 58,7% tidak merokok. Sebagian besar aktivitas fisik kurang baik 71%. Sebagian besar mengalami stress 60,9%. Dan sebagian besar 58,7% mengalami kekambuhan hipertensi. Dari hasil uji *Chi-Square* ada hubungan antara konsumsi garam dengan kekambuhan (ρ value=0,000), tidak ada hubungan konsumsi alkohol (ρ value=0,798), ada hubungan kebiasaan merokok dengan kekambuhan (ρ value=0,019), ada hubungan aktivitas fisik dengan kekambuhan (ρ value=0,002) dan stress ada hubungan dengan kekambuhan (ρ value=0,000).

Para penderita hipertensi dapat menerapkan dan meningkatkan gaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat mencegah kemungkinan komplikasi yang terjadi.

Kata Kunci : Gaya Hidup, Hipertensi, Kekambuhan

ABSTRACT

RELATIONSHIP OF LIFESTYLE WITH HYPERTENSION REACTION AT TUBAN PUSKESMAS, TUBAN DISTRICT TUBAN DISTRICT

By:

DZINURIN NAFI'AH

NIM: P27820519017

Indonesia is currently faced with a change from mortality and morbidity which was previously caused by infectious diseases to now more often caused by chronic or non-communicable diseases. One of the non-communicable diseases is hypertension. The purpose of this study was to determine the relationship between lifestyle and recurrence of hypertension at the Tuban Health Center.

This type of research uses a correlation analytic research method with a cross sectional approach. The sampling technique used is a total sampling of 46 hypertensive patients who participate in Prolanis activities. Data was collected by filling out a questionnaire for lifestyle and blood pressure observation sheets for recurrence of hypertension. Data analysis using chi-square test

The results of the study after it was carried out were that most 67.4% of hypertensive patients had poor salt intake. almost entirely do not consume alcohol 95.7%. Most 58.7% do not smoke. Most of the physical activity is not good 71%. Most experienced stress 60.9%. And most of them 58.7% had hypertension recurrence. From the results of the Chi-Square test there is a relationship between salt consumption and recurrence (ρ value = 0.000), there is no relationship between alcohol consumption (ρ value = 0.798), there is a relationship between smoking and recurrence (ρ value = 0.019), there is a relationship between physical activity and recurrence (ρ value=0.002) and stress were associated with recurrence (ρ value=0.000).

Patients with hypertension can apply and improve a healthy lifestyle in their daily life so as to prevent possible complications that occur.

Keywords: Lifestyle, Hypertension, Relapse