

ABSTRAK

FAKTOR GAYA HIDUP YANG MEMPENGARUHI TERJADINYA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KEPOHBARU KABUPATEN BOJONEGORO

Oleh : Julie Eka Winantie

Penyakit hipertensi dikenal sebagai *the silent killer* atau pembunuh secara diam-diam karena hanya memiliki sedikit gejala yang jelas, sehingga penderita tidak mengetahui bahwa dirinya menyandang hipertensi dan baru diketahui setelah terjadi komplikasi. Kerusakan organ target akibat komplikasi hipertensi akan tergantung pada besarnya peningkatan tekanan darah dan lamanya kondisi tekanan darah yang tidak terdiagnosis.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tentang faktor gaya hidup yang mempengaruhi terjadinya hipertensi di wilayah kerja puskesmas Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan bentuk studi kasus dan besar sampel 50 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan kuisioner yang disesuaikan dengan tujuan penelitian dan mengacu kepada konsep dan teori yang telah dibuat serta dianalisis data dengan menggunakan skala likert.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor hidup yang mempengaruhi terjadinya hipertensi di wilayah kerja puskesmas kepohbaru kabupaten bojonegoro. Hasil penelitian menunjukkan faktor gaya hidup Sebagian besar (60%) cukup, yang meliputi usia lansia akhir hampir sebagian besar pada kategori cukup (51,1%), jenis kelamin menunjukkan sebagian besar perempuan (57,8%), genetika hampir seluruhnya mempunyai riwayat genetika (75,6%), hampir seluruhnya responden memiliki tekanan darah pre hipertensi (93,3%), pola makan baik hampir setengahnya kategori baik (28,9%), aktivitas fisik sebagian besar memiliki aktivitas fisik yang kurang (55,6%), merokok Sebagian besar (42,2%) cukup, konsumsi kopi hampir setengahnya mempunyai kebiasaan konsumsi kopi (28,9%), obesitas Sebagian besar (75,6%).

Berdasarkan hasil penelitian bahwa upaya pencegahan hipertensi melalui promosi kesehatan dapat dilakukan untuk mengurangi resiko yang berhubungan dengan berbagai faktor penentu kesehatan, yang dapat menyebabkan penyakit serta dapat meningkatkan dan memperbaiki kualitas hidup masyarakat.

Kata Kunci : Faktor Gaya Hidup, Hipertensi

ABSTRACT

LIFESTYLE FACTORS INFLUENCING THE OCCURRENCE OF HYPERTENSION IN THE WORKING AREA OF KEPOHBARU HEALTH CENTER BOJONEGORO DISTRICT

By : Julie Eka Winantie

Hypertension is known as the silent killer because it only has a few clear symptoms, so sufferers do not know that they have hypertension and only find out after complications occur. Target organ damage due to hypertension complications will depend on the magnitude of the increase in blood pressure and the duration of the undiagnosed blood pressure condition.

This study aims to identify lifestyle factors that influence the occurrence of hypertension in the working area of the Kepohbaru Community Health Center, Bojonegoro Regency. This research uses a descriptive method in the form of a case study and a sample size of 50 respondents. The data collection technique uses a questionnaire that is adapted to the research objectives and refers to the concepts and theories that have been created and the data is analyzed using a Likert scale.

The results of the study show that life factors influence the occurrence of hypertension in the working area of the Kepohbaru Community Health Center, Bojonegoro Regency. The results of the study showed that most of the lifestyle factors (60%) were sufficient, which included late elderly age, almost all of them were in the moderate category (51.1%), gender showed that the majority were women (57.8%), genetics, almost all of them had a history of genetics (75.6%), almost all respondents had pre-hypertension blood pressure (93.3%), good diet, almost half of them were in the good category (28.9%), physical activity, most of them had insufficient physical activity (55.6 %), smoking Most (42.2%) are moderate, almost half of them have coffee consumption habits (28.9%), obesity Most (75.6%).

Based on research results, efforts to prevent hypertension through health promotion can be carried out to reduce risks associated with various determinants of health, which can cause disease and can improve and improve people's quality of life

Keywords: Lifestyle Factors, Hypertension