HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JENGGAWAH

SKRIPSI

Oleh :
Moh. Fanda Aqsal Anugrah
NIM. 21102029

PROGAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2026

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Penelitian yang berjudul *Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Jenggawah* telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Moh. Fanda Aqsal Anugrah

NIM : 21102029

Hari, Tanggal : 10 Agustus 2026

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Tim Penguji

Ketua Penguji

Sugijati,SST.,M.Kes

NIDN.4023066301

Penguji II

Zidni Nuris Yuhbaba, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIDN.0728049001

Penguji III

Yuniasih Purwaningrum, S.ST.,M.Kes

NIDN. 4005067901

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas dr. Soebandi

Guruh Wirasakti, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN.0705058706

Abstrak

Latar belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama kematian dini di dunia. Berdasarkan Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,11%, sedangkan di Kecamatan Jenggawah sebesar 48%. Gaya hidup yang tidak sehat merupakan salah satu faktor risiko hipertensi pada lansia. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Jenggawah, Kabupaten Jember. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian berjumlah 216 lansia, dengan sampel sebanyak 140 responden yang dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner gaya hidup dan pengukuran tekanan darah, kemudian dianalisis menggunakan *uji Chi-Square* dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$. **Hasil:** Sebagian besar responden memiliki gaya hidup buruk (60,76%) dan mengalami hipertensi (55,38%). Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada lansia ($p < 0,001$). **Pembahasan:** Hasil tersebut menunjukkan bahwa lansia dengan gaya hidup buruk lebih banyak mengalami hipertensi dibandingkan dengan lansia yang memiliki gaya hidup baik. Kondisi ini menunjukkan bahwa pola makan, aktivitas fisik, dan kebiasaan merokok sebagai komponen gaya hidup perlu diperhatikan dalam upaya pengendalian faktor risiko hipertensi pada lansia. Namun, adanya responden dengan gaya hidup baik yang tetap mengalami hipertensi menunjukkan bahwa kejadian hipertensi tidak hanya berkaitan dengan gaya hidup, tetapi dapat dipengaruhi oleh faktor risiko lainnya. **Kesimpulan:** Gaya hidup berhubungan secara signifikan dengan kejadian hipertensi pada lansia. Upaya pengendalian hipertensi pada lansia perlu didukung melalui penerapan gaya hidup sehat dan pemantauan tekanan darah secara berkala.

Kata kunci: gaya hidup, hipertensi, lanjut usia, puskesmas.