

ABSTRAK

OKTAVIANI DELA K.TANTU. Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto Barat. Ketua oleh RONA FEBRIYONA dan FADLI SYAMSUDDIN sebagai anggota.

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang penting di seluruh dunia karena prevalensinya yang cukup tinggi dan penyakit menular yang terus meningkat, gaya hidup pada lansia menjadi faktor penyebab hipertensi karena kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan buruk seperti merokok, kebiasaan minum kopi dan stress, serta kurangnya pengontrolan tekanan darah secara rutin. Tujuan dari penelitian untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto Barat. Desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini lansia hipertensi yang terdata di Puskesmas Limboto Barat. Sampel berjumlah 76 orang dengan *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Uji statistik menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian diperoleh responden yang gaya hidup baik mayoritas mengalami hipertensi derajat 2 sebesar 35,5% dan responden yang gaya hidup tidak baik mayoritas mengalami hipertensi derajat 2 sebesar 31,6%, serta nilai *p-value* yaitu 0,006 ($< \alpha 0,05$) artinya ada hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto Barat. Semakin baik gaya hidup, maka tekanan darah lansia dengan hipertensi dapat terkontrol atau tidak tinggi, sebaliknya gaya hidup yang tidak baik, cenderung mengalami tekanan darah yang tinggi terutama derajat 2. Disimpulkan kejadian hipertensi dapat dipengaruhi oleh gaya hidup pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto Barat. Oleh karena itu, Puskesmas diharapkan memberikan edukasi atau penyuluhan kesehatan kepada lansia agar lansia mampu menerapkan gaya hidup yang sehat.

Kata Kunci: Gaya Hidup, Hipertensi, Lansia