

ABSTRAK

Nama : Eka Santi Sholeha
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Judul : Hubungan faktor risiko gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada pilot laki – laki di Pt. X tahun 2020

Hipertensi adalah salah satu penyebab utama kematian dini diseluruh dunia. Pada tahun 2020 sekitar 1,56 miliar orang dewasa akan hidup dengan hipertensi. Hipertensi membunuh hampir 8 miliar orang setiap tahun di dunia dan hampir 1,5 juta orang setiap tahunnya di kawasan Asia Timur-Selatan. Sekitar sepertiga dari orang dewasa di Asia Timur - Selatan menderita hipertensi (WHO, 2015). Risiko tekanan darah tinggi telah meningkat karena adanya penurunan gaya hidup sehat. Bahkan, hasil pengukuran tekanan darah, hipertensi naik dari 25,8 % menjadi 34,1% (Riskesdas, 2018). Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui hubungan faktor risiko gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada pilot laki - laki di PT. X tahun 2020. Penelitian menggunakan desain *cross sectional*, dengan sampel sebesar 85 pilot laki-laki. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode total sampling dengan analisis data univariat dan bivariat. Penelitian dilakukan pada bulan Juni-Agustus tahun 2020. Hasil penelitian menunjukkan prevalensi hipertensi pada pilot laki-laki di PT.X adalah 63,5%. Pada penelitian ini, terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian hipertensi dengan konsumsi garam (Pvalue= 0,001), hipertensi dengan obesitas (Pvalue= 0,012), dan hipertensi dengan aktivitas fisik (Pvalue= 0,006). Untuk itu pilot laki-laki disarankan menerapkan program penurunan berat badan, diet sehat, mengurangi asupan garam, meningkatkan aktivitas fisik dan tidak merokok.

Kata Kunci : Hipertensi ; konsumsi garam ; merokok ; obesitas ; konsumsi alcohol ; aktivitas fisik

6 Bab , 57 halaman , 2 gambar , 15 daftar tabel , 12 lampiran

Pustaka : 26 (2006 - 2018)