

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA 65
TAHUN KEATAS DI PROVINSI JAWA BARAT TAHUN 2018 (ANALISIS DATA
RISKESDAS 2018)**

Indah Agustin, Ahmad Irfandi, Rini Handayani, Devi Angeliana Kusumaningtiar

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan

Universitas Esa Unggul

Email: indhagustinaa@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah Kesehatan utama diseluruh dunia karena prevalensinya yang tinggi. Lanjut usia (lansia) merupakan seseorang yang mencapai usia > 65 tahun yang rentan mengalami penyakit yang berhubungan dengan proses menua salah satunya hipertensi. Hipertensi sangat dipengaruhi oleh gaya hidup tidak sehat seperti konsumsi garam, aktivitas fisik, stress, kebiasaan merokok dan konsumsi buah dan sayur. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada usia 65 tahun keatas di Provinsi Jawa Barat tahun 2018. Teknik pengambilan sampel menggunakan simple random sampling, dengan jumlah sampel 497 responden. Analisis data menggunakan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) dengan desain penelitian cross sectional. Metode analisis yang digunakan analisis bivariat dan univariat. Uji statistik dalam penelitian menunjukkan bahwa variabel yang berhubungan pada kejadian hipertensi adalah konsumsi garam, aktivitas fisik, stress dan kebiasaan merokok dan variabel yang tidak berhubungan adalah konsumsi buah dan sayur. Pada lansia usia 65 tahun keatas diharapkan untuk mengubah gaya hidup tidak sehat menjadi sehat dengan mengkonsumsi buah dan sayur sebanyak 5 porsi perhari dan tidak stress dengan tercapainya jiwa yang sehat.

Kata kunci : Gaya Hidup, Hipertensi, Lansia, Stress, Konsumsi Buah dan Sayur

6 BAB, xv+