

ABSTRACT

Hypertension is a degenerative disease that is a serious problem in the world. Hypertension is categorized as a silent killer disease because sufferers do not know they have hypertension. According to the World Health Organization (2021), 42% of sufferers are unaware of having hypertension because it often occurs without complaints. The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between age, gender, family history, smoking habits, and obesity with the incidence of hypertension. The type of research conducted was quantitative with a cross-sectional approach. The sample size obtained from the results of the study was 58 samples. The research took place in April - July 2023. The instruments used in this study were questionnaires and digital tensimeters to measure blood pressure. The data results are presented in the form of univariate and bivariate analysis using the chi-square test. The results showed that age ($p=0.047$), gender ($p=0.015$), family history ($p=0.007$), and obesity ($p=0.019$) showed a significant relationship with the incidence of hypertension. However, smoking habit ($p=0.634$) did not show a significant relationship. Workers who suffer from hypertension with age ≥ 45 years, should maintain lifestyle patterns, such as losing weight, limiting fat and salt intake, eating more fruits and vegetables, not smoking, and doing regular exercise.

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit degenerative yang menjadi masalah serius di dunia. Hipertensi dikategorikan sebagai *the silent killer disease* karena penderita tidak mengetahui dirinya mengidap hipertensi. Menurut *World Health Organization* (2021) 42% penderitanya tidak sadar mengalami hipertensi karena sering terjadi tanpa keluhan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara usia, jenis kelamin, Riwayat keluarga, kebiasaan merokok, dan obesitas dengan kejadian hipertensi. Jenis penelitian yang dilakukan adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Besar sampel yang diperoleh dari hasil penelitian sebanyak 58 sampel. Penelitian berlangsung pada bulan April – Juli 2023. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dan tensimeter digital untuk mengukur tekanan darah. Hasil data disajikan dalam bentuk analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa usia ($p=0,047$), jenis kelamin ($p=0,015$), Riwayat keluarga ($p=0,007$), dan obesitas ($p=0,019$)

menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dengan kejadian hipertensi. Namun kebiasaan merokok ($p=0,634$) tidak menunjukkan adanya hubungan yang signifikan. Pekerja yang menderita hipertensi dengan usia ≥ 45 tahun, sebaiknya menjaga pola gaya hidup, seperti menurunkan berat badan, Batasi asupan lemak dan garam, memperbanyak makan buah dan sayur, tidak merokok, dan melakukan olahraga yang teratur.