

GAYA HIDUP BERISIKO HIPERTENSI PADA USIA PRALANSIA DI DUSUN GRUBUG JATISARONO NANGGULAN KULON PROGO

Amanda Nabila Rifi Atika¹, Ida Mardalena², Abdul Majid³
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl. Tata Bumi No.3
Banyuraden, Gamping, Sleman, DIY 55293
Email : anabilla73@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi penyebab banyaknya kematian di dunia . Salah satu penyebab hipertensi adalah gaya hidup yang tidak sehat. Gaya hidup yang dapat mempengaruhi hipertensi adalah kebiasaan makan, merokok, Aktivitas fisik, dan Manajemen Stress.

Tujuan: Mengetahui gambaran gaya hidup berisiko hipertensi pada usia pralansia di Dusun Grubug, Jatisarone, Nanggulan, Kulon Progo.

Metode: Metode penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan desain penelitian menggunakan survey. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling* dengan jumlah 71 responden. Populasi dalam penelitian ini adalah penduduk usia Pralansia di Dusun Grubug. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner.

Hasil: Didapatkan hasil dari 71 responden pralansia mengenai gaya hidup berisiko hipertensi pada usia pralansia di dusun Grubug, Jatisarone, Nanggulan, Kulon Progo responden berisiko terkena hipertensi sebanyak 34 responden (47,89%), Tidak berisiko Terkena Hipertensi sebanyak 37 responden (52,11%)

Kata Kunci : Gaya Hidup, Hipertensi

¹Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

²Dosen Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

³Dosen Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

LIFESTYLE OF HYPERTENSION RISK IN AGE OF PRE EDERLY IN GRUBUG JATISARONO NANGGULAN KULON PROGO

Amanda Nabila Rifi Atika¹, Ida Mardalena², Abdul Majid³
Nursing Department Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl. Tata Bumi No.3
Banyuraden, Gamping, Sleman, DIY 55293
Email : anabilla73@gmail.com

ABSTRACT

Background: Hypertension is one of the non-communicable diseases that causes many deaths in the world. One of the causes of hypertension is an unhealthy lifestyle. Lifestyles that can affect hypertension are eating habits, smoking, physical activity, and stress management.

Objective: To describe the lifestyle at risk of hypertension in the elderly in Grubug, Jatisarono, Nanggulan, Kulon Progo.

Methods: This research method is descriptive quantitative research design using a survey. Sampling using *simple random sampling technique* with a total of 71 respondents. The population in this study was the elderly population in Grubug Hamlet. The instrument in this study used a questionnaire.

Results: The results obtained from 71 elderly respondents regarding the lifestyle at risk of hypertension in the elderly in Grubug, Jatisarono, Nanggulan, Kulon Progo respondents at risk of hypertension as many as 34 respondents (47.89%), 37 respondents not at risk of developing hypertension (52, 11%)

Keywords : Lifestyle, Hypertension

¹*Yogyakarta Polytechnic Nursing Students of the Ministry of Health*

²*Nursing Lecturer in Yogyakarta Health Polytechnic*

³*Nursing Lecturer in Yogyakarta Health Polytechnic*

