



**HUBUNGAN *LIFE STYLE* DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA
DEWASA DI DESA JAGARA KECAMATAN DARMA
KABUPATEN KUNINGAN TAHUN 2023**

Mutia Agustiani Moonti¹, Andi Sutandi², Nindia Destiana Fitriani³

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan

mutiaamoonti@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Prevelensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur ≥ 18 tahun di Indonesia sebesar 34,1% ini mengalami peningkatan dibandingkan dengan prevelensi hipertensi pada tahun 2013 sebesar 25,8%. Diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi. *Life style* merupakan faktor risiko timbulnya hipertensi pada usia dewasa. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan *life style* dengan kejadian hipertensi pada Dewasa di Desa Jagara Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan. **Metode :** Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* dengan populasi seluruh penduduk yang menderita hipertensi di Desa Jagara dengan jumlah 792 orang, dan tehnik sampling menggunakan tehnik *purposive sampling* berjumlah 266 orang diperoleh melalui perhitungan Slovin. Tehnik pengumpulan data menggunakan kuesioner dan pemeriksaan tekanan darah. **Hasil :** Diketahui dari 266 responden yang memiliki *Life Style* kurang baik 165 orang (62,0%), lebih banyak dengan responden yang memiliki *life style* baik yaitu 101 orang (38,0%). Hasil uji Bivariat menggunakan uji *Chi-Square* didapatkan nilai *P-Value* = 0,000 ($<$ dari α 0,05) artinya memiliki Hubungan *Life Style* Dengan Kejadian Hipertensi Pada Dewasa di Desa Jagara Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan Tahun 2023. **Simpulan :** Ha diterima berarti ada hubungan antara *life style* dengan kejadian hipertensi pada dewasa di Desa Jagara. Diharapkan tetap menjaga *life style* yang baik dengan rutin mengontrol kesehatan seperti rutin cek tekanan darah di pelayanan kesehatan terdekat guna mencegah terjadinya hipertensi dan komplikasi.

Kata Kunci : Dewasa, Hipertensi, Life Style



Pendahuluan

Tekanan darah tinggi (hipertensi) adalah suatu peningkatan tekanan darah didalam arteri dimana tekanan darah sistol atau sama dengan 140 mmHg atau tekanan diastol lebih atau sama 90mmHg. Hipertensi disebut sebagai *the silent killer* karena tidak menunjukkan gejala (Kementrian Kesehatan RI, 2018).

Prevelensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur ≥ 18 tahun di Indonesia sebesar 34,1% mengalami peningkatan dibandingkan dengan prevelensi hipertensi tahun 2013 sebesar 25,8%, diperkirakan hanya 1/3 kasus hipertensi Indonesia terdiagnosis sisanya tidak terdiagnosis (Riskesdas, 2018).

Data dari *World Health Organization* (2019) prevalensi hipertensi bervariasi di seluruh wilayah WHO dan kelompok pendapatan negara. Wilayah Afrika WHO memiliki prevalensi hipertensi tertinggi (27%) sedangkan Wilayah WHO Amerika memiliki prevalensi hipertensi terendah (18%). Sebuah tinjauan tren saat ini menunjukkan bahwa jumlah orang

dewasa dengan hipertensi meningkat dari 594 juta pada tahun 1975 menjadi 1,13 miliar sampai tahun 2015, dengan peningkatan tersebut sebagian besar terlihat di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah.

Prevalensi hipertensi di dunia menurut World Health Organization (2022) sebesar 22% dari total penduduk dunia. Sedangkan di Indonesia, kasus hipertensi mengalami peningkatan sebesar 8,31%, dari sebelumnya 25,8% ditahun 2013 menjadi 34,11% pada tahun 2018.

Faktor risiko hipertensi meliputi faktor risiko yang dapat dikontrol dan tidak dapat dikontrol. Peningkatan tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol dan berlangsung dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan komplikasi berupa kerusakan pada ginjal, jantung, dan otak apabila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai (Kemkes RI, 2018).

Gaya hidup merupakan faktor risiko timbulnya hipertensi pada usia dewasa. Dari beberapa faktor gaya hidup itulah yang dapat meningkatkan resiko terjadinya komplikasi hipertensi



karena jika pasien memiliki tekanan darah tinggi tetapi tidak mengontrol dan merubah gaya hidup menjadi lebih baik maka akan banyak komplikasi yang akan terjadi (Sakinah, 2020).

Gaya hidup tidak sehat juga dapat menyebabkan penyakit hipertensi yakni dengan pola makan yang tidak sehat seperti mengkonsumsi makan yang berlemak tinggi atau kolesterol seperti: goreng-gorengan, makanan yang bersantan, sate, dan gulai (Cumayunaro & Dephinto, 2018).

Kegemukan dan pola makan tidak sehat (termasuk konsumsi garam berlebihan), konsumsi alkohol dan rendahnya aktivitas fisik diidentifikasi sebagai faktor risiko penting yang dapat menunjang terjadinya penyakit hipertensi. Sedangkan mengenai pola makan sehat, bahwa *Adherence to the Dietary Approach to Stop Hypertension* (DASH) dapat mengurangi terjadinya penyakit hipertensi (Lelong et al., 2019).

Meningkatnya penyakit hipertensi dipengaruhi oleh gaya hidup yang tidak sehat. Rendahnya perilaku hidup sehat seperti jarang olah raga merokok, dan kebiasaan yang buruk

merupakan salah satu dari penyebab dari hipertensi (Cumayunaro & Dephinto, 2018). Dari hasil studi pendahuluan wawancara pada 30 responden didapatkan 15 responden perokok aktif dan sulit menguranginya serta memiliki pola tidur yang kurang baik, dan 10 responden jarang merokok, tetapi sulit mengurangi konsumsi kafein, 5 responden suka memakan makanan berlemak, dan makanan tinggi garam juga belum bisa mengurangi konsumsi rendah garam.

Dari faktor-faktor tersebut mendorong peneliti untuk melakukan penelitian tentang faktor gaya hidup (*life style*) dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa. Faktor dari gaya hidup yang mengakibatkan terjadinya hipertensi seperti pola makan, aktivitas fisik, kebiasaan merokok, kebiasaan istirahat dan mengkonsumsi kafein, dan untuk mengetahui hubungan *life style* dengan kejadian hipertensi pada dewasa di Desa Jagara Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan.

Metode

Jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross*



sectional. Penelitian ini telah dilaksanakan di Desa Jagara pada bulan Juli 2023. Populasi penelitian ini seluruh penduduk yang menderita hipertensi baik laki – laki dan perempuan di Desa Jagara dengan jumlah 792 orang, jumlah sampel 266 responden diperoleh melalui perhitungan Slovin dengan menggunakan tehnik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dan pemeriksaan tekanan darah. Kuesioner terdiri dari 20 pertanyaan tentang pola makan, kebiasaan merokok, konsumsi kafein, aktivitas fisik dan istirahat

dengan menggunakan skala Guttman dengan alternatif jawaban Ya (1) dan Tidak (0) yang dibagi menjadi 2 kelas (baik dan kurang baik). Selanjutnya data diolah menggunakan analisa univariat untuk mengetahui gambaran karakteristik responden dan bivariat menggunakan uji *chi square* untuk melihat hubungan antar variabel. Penelitian dilakukan selama 2 minggu di Desa Jagara Kecamatan Darma kabupaten Kuningan.

Hasil

Tabel 1. Karakteristik Responden

No.	Usia	Frekuensi (n)	Persentase %
1	26 - 35 tahun	55	20,7 %
2	36 – 45 tahun	211	79,3 %
Jumlah		266	100

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase %
1	Laki - Laki	78	29,3 %
2	Perempuan	188	70,7 %
Jumlah		266	100

No.	Pekerjaan	Frekuensi (n)	Persentase %
1	Tidak Bekerja	147	55,3 %



2	Bekerja	119	44,7 %
Jumlah		266	100

No.	Pendidikan Terakhir	Frekuensi (n)	Persentase %
1.	SD	71	26,7 %
2	SMP	87	32,7 %
3.	SMA	106	39,8 %
4.	Perguruan Tinggi	2	0,8 %
Jumlah		266	100

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Gaya Hidup Responden Di Desa Jagara

No.	Life style (Gaya Hidup)	Frekuensi (n)	Persentase %
1	Baik	102	38,3 %
2	Kurang Baik	164	61,7 %
Jumlah		266	100

Tabel 3. Distribusi Kejadian Hipertensi Pada Dewasa Di Desa Jagara

No.	Life style (Gaya Hidup)	Frekuensi (F)	Persentase %
1.	Hipertensi derajat 1 (140 – 159 mmHg)	212	79,7 %
2.	Hipertensi derajat 2 (>160 mmhg)	22	3,4 %
Jumlah		266	100

Tabel 4. Uji Bivariat Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Dewasa Di Desa Jagara

No.	Life Style	Hipertensi		Jumlah		P-Value	Interpretasi
		Derajat 1	Derajat 2	n	%		
		n	%	n	%		Ada Hubungan



1	Baik	93	35,0%	9	3,4 %	102	38,3 %		antara <i>Life Style</i> dengan kejadian hipertensi pada dewasa di desa jagara.
2	Kurang Baik	151	56,8 %	13	4,9 %	164	61,7 %	0.000	
Jumlah		244	91,7 %	22	8.3 %	266	100 %		

Pembahasan

1. Karakteristik Responde Dengan Kejadian Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa jenis kelamin responden terbanyak adalah perempuan 188 orang dengan (70,7%). Menurut Andria (2019) prevalensi hipertensi sama antara laki-laki dan perempuan. Namun perempuan terlindung dari penyakit kardiovaskuler sebelum menopause, dilindungi oleh hormon estrogen yang berperan dalam meningkatkan kadar *High Density Lipoprotein* (HDL) yang berfungsi untuk mencegah terjadinya aterosklerosis atau penyempitan pembuluh darah akibat lemak. Kadar kolesterol HDL yang tinggi merupakan faktor pelindung dalam mencegah

terjadinya proses aterosklerosis. Fungsi utama dari HDL adalah transport balik kolesterol yaitu mengembalikan kolesterol dari jaringan perifer ke hati sehingga mencegah terbentuknya aterosklerosis (Colpo, 2016). Hal ini sejalan dengan penelitian Arifin dkk, (2018) di wilayah kerja Puskesmas Petang I Kabupaten Bandung tahun 2018 dengan studi analitik dengan desain cross sectional dan menggunakan pendekatan retrospektif diperoleh nilai $p = 0,902$ yang artinya tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan kejadian hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa berdasarkan usia responden terbanyak adalah usia dewasa akhir 36-45 tahun 211 orang (79,3%).



Karena dengan bertambahnya usia, elastisitas pada pembuluh darah arteri semakin berkurang. Hal ini disebabkan adanya penumpukan kolagen dan hipertropi sel otot halus yang tipis, berfragmen dan patahan dari serat elastin. Seiring bertambahnya usia terjadi abnormalitas struktural yaitu disfungsi endotel menyebabkan peningkatan kekakuan pada pembuluh darah arteri (Black & Hawks, 2014).

Pendidikan juga merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan masyarakat yang sangat berperan dalam meningkatkan kualitas hidup seseorang. Semakin tinggi tingkat pendidikan masyarakat maka akan semakin baik tingkat pengetahuan dan kualitas sumber daya yang dimiliki, dan merupakan proses untuk mempengaruhi aspek perilaku seseorang khususnya dalam kesehatan yang secara tidak langsung mempengaruhi tekanan darah pada seseorang karena mempengaruhi pada gaya hidup seseorang seperti kebiasaan merokok, kebiasaan

mengonsumsi alkohol asupan makan, dan aktivitas fisik yang dilakukan oleh masyarakat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Taiso, 2020) yang mengatakan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pendidikan dan kejadian hipertensi di Puskesmas Lasalepa.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa berdasarkan pekerjaan responden terbanyak adalah tidak bekerja 147 orang (55,3%). Karena mayoritas responden kejadian hipertensi perempuan dan tidak bekerja hanya sebagai ibu rumah tangga. Seseorang dengan aktivitas yang kurang setiap harinya akan meningkatkan penimbunan lemak di beberapa bagian tubuhnya.

Gambaran *Life Style* Dengan Kejadian Hipertensi

Ketidakbaikan *life style* (gaya hidup) sehat karena responden tidak melakukan aktivitas fisik tidak baik, hal ini disebabkan karena kurangnya minat masyarakat untuk berolahraga



2ST NATIONAL NURSING CONFERENCE :
THE SUSTAINABLE INNOVATION IN NURSING EDUCATION
AND PRACTICE
VOL. 1 No. 2 (2023)
DOI : <https://doi.org/10.34305/nnc.v1i2.860>

akibat kesibukan dalam pekerjaan di rumah dan waktu luang yang dimiliki diselang padatnya pekerjaan membuat sebagian banyak masyarakat lebih memilih untuk beristirahat di rumah. Padahal berjalan merupakan aktivitas yang paling bisa dilakukan oleh semua orang. Porsi latihan fisik yang baik adalah dengan berjalan cepat selama 30 menit atau lebih sebanyak tiga kali seminggu (Sari, 2017).

Salah satu indikator gaya hidup sehat yang tidak baik adalah pola makan yang kurang baik karena responden sering makan makanan asin (ikan asin, udang asin, cumi asin, telur asin), makan makanan berlemak tinggi ≥ 3 kali dalam seminggu. Diketahui bahwa responden dengan asupan lemak berlebih sering mengonsumsi makanan sumber lemak jenuh seperti daging, jeroan, gajih dan mengonsumsi makanan goreng – gorengan, bersantan. Mengonsumsi makanan tinggi lemak jenuh, lemak terhidrogenasi, dan tinggi kolesterol namun rendah *polyunsaturated fatty acid* (PUFA) dalam jumlah yang

berlebih dapat berpengaruh terhadap kadar kolesterol dalam darah. Konsumsi lemak yang berlebih dapat meningkatkan kadar kolesterol dalam darah terutama kadar kolesterol *low density lipoprotein (LDL)* kolesterol jahat karena merupakan salah satu penyebab utama pembentukan ateroma (plak lemak yang menumpuk di dinding arteri pembuluh darah). Kolesterol akan menempel pada dinding pembuluh darah sehingga akan terbentuk plaque akan menyumbat pembuluh darah dan tersebut dapat berpengaruh terhadap kelenturan pembuluh darah (Kartini A, 2018). Fungsi utama dari LDL adalah mengangkut kolesterol dari hati ke jaringan dan membentuk timbunan lemak dan di dinding arteri yang tumbuh menjadi plak, pecah, dan merangsang pembentukan *arteri blocking* atau pembekuan darah (Colpo, 2016). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Manawan di Semarang tahun 2017 pada pasien Rumah Sakit Umum Semarang yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara



2ST NATIONAL NURSING CONFERENCE :
THE SUSTAINABLE INNOVATION IN NURSING EDUCATION
AND PRACTICE
VOL. 1 No. 2 (2023)
DOI : <https://doi.org/10.34305/nnc.v1i2.860>

asupan lemak total dengan tekanan darah sistolik $P = 0,024$ dan diastolik $P = 0,02$ pada penderita hipertensi.

Ketidakbaikan *life style* (gaya hidup) sehat karena responden mempunyai kebiasaan minum kopi yang kurang baik adalah responden selalu minum kopi setiap hari. Mengonsumsi kopi dengan frekuensi sering yaitu $\geq 2x/$ hari. Hal ini disebabkan karena masyarakat beranggapan agar terhindar dari rasa ngantuk dan sakit kepala apabila mengonsumsi kopi. Tidak hanya itu dari hasil penelitian responden yang sering mengonsumsi kopi merupakan seorang peroko sedang. Perilaku mengonsumsi kopi pada responden terjadi karena tingkat kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang bahaya dan risiko dari kandungan kopi yang mereka minum masih kurang. Konsumsi kopi yang berlebihan dalam jangka panjang dan jumlah yang banyak diketahui dapat meningkatkan risiko penyakit hipertensi. Mengonsumsi kopi secara teratur sepanjang hari

mempunyai tekanan darah rata – rata lebih tinggi dibandingkan dengan didalam 2-3 gelas kopi (200-250 mg) terbukti meningkatkan tekanan sistolik sebesar 3 - 14 mmHg dan tekanan diastolik sebesar 4 - 13 mmHg pada orang yang tidak menderita hipertensi. Secara umum kandungan yang terdapat didalam kopi adalah kafein dimana kafein ini berpengaruh terhadap saraf simpatis sehingga menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah dan menyebabkan terjadinya peningkatan darah atau hipertensi.

Ketidakbaikan *life style* (gaya hidup) sehat karena responden mempunyai kebiasaan pola istirahat yang tidak baik. Kualitas tidur yang buruk merupakan salah satu faktor risiko hipertensi pada orang dewasa. Kualitas tidur yang buruk dapat menyebabkan gangguan metabolisme dan endokrin yang dapat berkontribusi menyebabkan gangguan kardiovaskular. Kualitas tidur yang tidak baik akan memudahkan penderita hipertensi



mengalami kekambuhan penyakit hipertensi karena kualitas tidur yang buruk dapat mengubah hormon stres kortisol dan sistem saraf simpatik sehingga terjadi peningkatan tekanan darah (Hafiez Amanda, 2019). Hal ini sejalan dengan penelitian Hafiez Amanda (2019) hasil menunjukkan bahwa kualitas responden buruk sebanyak 60% dan kualitas tidur baik sebanyak 40% hasil penelitian juga menunjukkan penyebab responden mengalami kualitas tidur buruk dikarenakan sebanyak (42%) lansia terbiasa bangun awal saat pagi hari dan sebanyak (41%) lansia biasa memulai tidur lebih dari jam 10 malam serta susah untuk memulai tidur. Didapatkan juga sebanyak (37%) responden mengalami terbangun di tengah malam untuk ke kamar mandi, saat tidur mengorok dan mengalami mimpi buruk.

2. Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Di Desa Jagara Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari 266 responden dengan gaya hidup yang baik terdapat 93 responden (35,0%) yang mengalami hipertensi derajat 1 lebih banyak dibandingkan responden yang mengalami hipertensi derajat 2 yaitu sebanyak 9 responden (3,4%), dan responden dengan gaya hidup kurang baik didapatkan sebanyak 151 responden (56,8%) yang mengalami hipertensi derajat 1, lebih banyak dibandingkan responden yang mengalami hipertensi derajat 2 yaitu sebanyak 13 responden (4,9%). Pada uji pearson dengan SPSS menunjukan bahwa nilai $p = 0,000$ sehingga H_1 diterima. Hal ini menunjukan bahwa ada hubungan *life style* Dengan Kejadian Hipertensi Pada Dewasa di Desa Jagara Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan Tahun 2023.

Hal ini sejalan dengan penelitian Mahmudah (2017) yang menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi. Gaya



hidup yang kurang baik dapat menjadi faktor pencetus terjadinya penyakit hipertensi, misalnya pola makan, aktivitas fisik, stres, dan merokok, sebab dari pola makan sangat erat hubungannya dengan penyakit hipertensi. Jenis makanan yang menyebabkan hipertensi yaitu makanan siap saji dan mengandung pengawet, kadar garam terlalu tinggi, serta kelebihan konsumsi lemak.

Untuk itu dibutuhkan suatu penanganan yakni dengan melakukan aktivitas fisik dan olahraga secara teratur, sebab hal ini dapat membantu menurunkan tekanan darah. Untuk responden di Desa Jagara Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan, diharapkan untuk mengubah perilaku gaya hidup yang tidak sehat menjadi sehat, juga diharapkan agar lebih sering menjaga pola makan dengan tidak mengkonsumsi makanan cepat saji, makanan tinggi garam seperti udang kering dan ikan asin juga makanan tinggi lemak seperti daging, makanan goreng-gorengan.

Salah satu bentuk program

Puskesmas Darma di Desa Jagara adalah dengan Pos Pembinaan Pelayanan Terpadu PTM (Posbindu PTM) yang dilakukan setiap satu bulan sekali dengan sasaran penduduk usia 15 tahun ke atas. Pemeriksaan posbindu PTM meliputi pemeriksaan riwayat penyakit keluarga, pemeriksaan tinggi badan, berat badan, lingkar perut, pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah, kadar asam urat dan kadar kolesterol. Memberi penyuluhan promosi kesehatan terkait dengan program CERDIK dan program PATUH bagi masyarakat yang sudah mempunyai PTM diselenggarakan supaya mereka rajin kontrol dan minum obat.

Kesimpulan

1. Distribusi frekuensi gaya hidup masyarakat didapatkan sebanyak 102 responden (38,3%) dengan gaya hidup baik dan sebanyak 164 responden (61,7%) dengan gaya hidup kurang baik .
2. Life style (gaya hidup) sehat pada dewasa di Desa Jagara Kecamatan



Darma Kabupaten Kuningan tahun 2023 sebagian besar responden mempunyai gaya hidup sehat yang kurang baik.

3. Ada hubungan antara *life style* dengan kejadian hipertensi pada dewasa di Desa Jagara Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan tahun 2023.

Saran

Diharapkan untuk membina kerjasama lintas sektor terkait, guna menunjang kelancaran kegiatan posbindu dan untuk lebih mengaktifkan kader kesehatan dalam mendukung aktivitas fisik yakni olahraga pada kegiatan posbindu dan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai tambahan pengetahuan bagi staf atau pegawai desa dalam menerapkan program- program kerja di Desa Jagara Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan.

Daftar Pustaka

- Aminuddin, M., Inkasari, T., & Nopriyanto, D. (2020). *Gambaran gaya hidup pada penderita hipertensi di wilayah rt 17 kelurahan Baqa Samarinda Seberang. Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, 2(1), 48–59.
- Arifin, M., Weta, I., & Ratnawati, N. (2018). *Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompok Lanjut Usia Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Petang I Kabupaten Bandung. Jurnal Medika*, 5(7).
- Aurelio, L. (2019). *Does smoking act as a friend or enemy of blood pressure? Let release Pandora's box. SAGE- Hindawi Acces to Research Cardiology Research and Practice, Volume 2019*.
- Black, J. M., & Hawks, J. H. (2014). *Keperawatan medikal bedah: manajemen klinis untuk hasil yang diharapkan. Jakarta: Salemba Medika*.
- Blush, A. . (2018). *Intergative treatment of hypertension, clinical and mechanistic approach. USA: CRC Press Taylor & Francis group*.
- Colpo, A. (2016). *LDL Cholesterol:" Bad" Cholesterol or Bad Science?*



2ST NATIONAL NURSING CONFERENCE :
THE SUSTAINABLE INNOVATION IN NURSING EDUCATION
AND PRACTICE
VOL. 1 No. 2 (2023)
DOI : <https://doi.org/10.34305/nnc.v1i2.860>

- Journal of American Physicians and Surgeons*, 10(3), 83.
- Cumayunaro, A., & Dephinto, Y. (2018). *Life style With The Event Of Hypertension In Adult In The Working Areas Public Health Center In Andalas Padang. Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 2(1), 163–170.
<https://jurnal.syedzasaintika.ac.id>.
- Fatharani Maulidina, N. H. (2018). *Faktor - Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi. Arkesmas*, 4, 2–5.
- Kartini, A., & Lidiyawati, L. (2018). *Hubungan Asupan Asam Lemak Jenuh, Asam Lemak Tidak Jenuh Dan Natrium Dengan Kejadian Hipertensi Pada Wanita Menopause Di Kelurahan Bojongsalaman. Diponegoro University*.
- Kemendes RI. (2021). *Hipertensi Penyebab Utama Penyakit Jantung, Gagal Ginjal, dan Stroke. Kementerian Kesehatan RI*.
- Kemendriyan Kesehatan RI. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018. Kementrian Kesehatan Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*.
- Kowalski, R. E. (2017). *Terapi Hipertensi. PT Mizan Publika*.
- Lelong, H., Blacher, J., Baudry, J., Adriouch, S., Galan, P., Fezeu, L., Hercberg, S., & Kesse-Guyot, E. (2019). *Combination of healthy lifestyle factors on the risk of hypertension in a large cohort of French adults. Nutrients*, 11(7), 1687.
- Mahmudah, S., Maryusman, T., Arini, F. A., & Malkan, I. (2017). *Hubungan gaya hidup dan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Kelurahan Sawangan Baru Kota Depok tahun 2015. Biomedika*, 7(2).
- Pujasari, A. S., Susanto, H. S., & Udiyono, A. (2017). *Faktor–faktor ketidakpatuhan pengobatan hipertensi di puskesmas Kedungmundu Kota Semarang. Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(3), 99–108.



2ST NATIONAL NURSING CONFERENCE :
THE SUSTAINABLE INNOVATION IN NURSING EDUCATION
AND PRACTICE
VOL. 1 No. 2 (2023)
DOI : <https://doi.org/10.34305/nnc.v1i2.860>

- Nugraha, M. D., Suhada, R., & Maemunah, M. (2023). Hubungan antara struktur keluarga dengan kesehatan mental remaja. *Journal of Public Health Innovation*, 3(02), 181–188.
<https://doi.org/10.34305/jphi.v3i02.727>.
- Quarino, A. (2017). *Perbandingan Rerata Jumlah Langkah Sebagai Penanda Aktivitas Fisik antara Pekerja dengan Sindroma Metabolik dan Tanpa Sindroma Metabolik*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Riset Kesehatan Dasar, R. (2018). *Pedoman Pewawancara Petugas Pengumpul Data*. Jakarta: Badan Litbangkes, Depkes RI, 2018.
- Rufaridah, A. (2012). *Pengaruh perokok pasif terhadap plasenta, berat badan lahir, apgar score bayi baru lahir pada ibu hamil di Kabupaten Padang Pariaman Tahun 2011 (tesis)*. Padang: Program Studi Ilmu Biomedik Universitas Andalas.
- Simanullang, P. (2018). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Dipuskesmas Darussalam Medan. *Jurnal Darma Agung*, 26(1), 522–532.
- Suprihatin, A., Bejo Raharjo, S. K. M., Wijayanti, A. C., & SKM, M. (2017). Hubungan antara kebiasaan merokok, aktivitas fisik, riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Nguter. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- World Health Organization. (2019). *Status Of The Health-Related SDGS. SDGS: Monitoring for the SDGS*. World Health.
- World Health Organization. (2022). *Hypertension* (online) diakses dari. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/hypertension>