ABSTRAK

Sofi Yulia Afianti
FAKTOR RISIKO KEJADIAN HIPERTENSI PADA MASYARAKAT DI DESA MANDIREJO KECAMATAN MERAKURAK KABUPATEN TUBAN
xvi + 64 Halaman + 11 Tabel + 14 Lampiran

Hipertensi merupakan kondisi kesehatan yang masih banyak dijumpai pada kelompok masyarakat. Tingginya kejadian tersebut berkaitan dengan adanya berbagai faktor yang dapat memengaruhi peningkatan tekanan darah, sehingga pengendalian terhadap faktor risiko menjadi bagian penting dalam penanganannya. Atas dasar tersebut, penelitian ini dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai faktor risiko kejadian hipertensi pada masyarakat di Desa Mandirejo, Kecamatan Merakurak, Kabupaten Tuban.

Rancangan penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Pengamatan mencakup enam faktor risiko, yaitu pola makan, aktivitas fisik, kondisi stres, pola tidur, kebiasaan merokok, serta konsumsi alkohol. Sebanyak 214 masyarakat menjadi populasi penelitian, kemudian 140 masyarakat ditetapkan sebagai sampel berdasarkan teknik *purposive sampling*. Informasi penelitian diperoleh melalui pengisian kuesioner dan pengukuran tekanan darah menggunakan lembar observasi. Seluruh data selanjutnya diolah secara deskriptif dengan menyajikannya dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 52 masyarakat (37,1%) memiliki tekanan darah normal, 38 masyarakat (27,1%) mengalami prehipertensi, 34 masyarakat (24,3%) mengalami hipertensi stadium 1, dan 16 masyarakat (11,4%) mengalami hipertensi stadium 2. Hampir setengahnya masyarakat dengan pola makan cukup (45,1%), aktivitas fisik baik (39,6%), stres ringan (44,8%), tidak memiliki kebiasaan merokok (39,3%), dan tidak mengonsumsi alkohol (37,7%) memiliki tekanan darah normal. Selain itu, setengahnya masyarakat dengan pola tidur kurang (50,0%) memiliki tekanan darah normal.

Faktor risiko hipertensi pada masyarakat sebagian besar berada dalam kategori baik yang mencerminkan penerapan perilaku hidup sehat dan didukung oleh aktivitas masyarakat yang aktif serta lingkungan sosial dan keagamaan yang kuat. Meskipun demikian, hipertensi masih ditemukan pada sebagian masyarakat yang menunjukkan pentingnya penguatan langkah promotif dan preventif sebagai bentuk pengendalian faktor risiko hipertensi serta mencegah peningkatan kejadian hipertensi di masyarakat.

Kata Kunci : Hipertensi, Faktor Risiko, Pola Makan, Aktivitas Fisik, Stres

ABSTRACT

Sofi Yulia Afianti
RISK FACTORS OF HYPERTENSION AMONG COMMUNITY MEMBERS IN MANDIREJO VILLAGE MERAKURAK DISTRICT TUBAN REGENCY
xvi + 64 Pages + 11 Tables + 14 Appendices

Hypertension remains a common health condition among communities. Its high occurrence is associated with various factors that may contribute to elevated blood pressure, making risk factor control an important aspect of its management. Therefore, this study was conducted to describe the risk factors associated with hypertension among the community in Mandirejo Village, Merakurak District, Tuban Regency.

This study employed a descriptive design with a cross-sectional approach. Six risk factors were examined, namely dietary patterns, physical activity, stress conditions, sleep patterns, smoking habits, and alcohol consumption. The study population consisted of 214 community members, with 140 selected as the sample using purposive sampling. Data were collected through questionnaires and blood pressure measurement using an observation sheet. The data were subsequently analyzed descriptively and presented as frequency distributions and percentages.

The results showed that 52 participants (37.1%) had normal blood pressure, 38 participants (27.1%) had prehypertension, 34 participants (24.3%) had stage 1 hypertension, and 16 participants (11.4%) had stage 2 hypertension. Nearly half of the participants with moderate dietary patterns (45.1%), good physical activity (39.6%), mild stress (44.8%), no smoking habits (39.3%), and no alcohol consumption (37.7%) had normal blood pressure. In addition, half of the participants with poor sleep patterns (50.0%) had normal blood pressure.

The majority of hypertension risk factors among the community were categorized as good, reflecting the implementation of healthy lifestyle behaviors supported by active community engagement and a strong social and religious environment. Nevertheless, hypertension was still identified among some community members, highlighting the need to strengthen promotive and preventive measures to control hypertension risk factors and prevent a further increase in its occurrence within the community.

Keywords : *Hypertension, Risk Factors, Dietary Patterns, Physical Activity, Stress*