

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI  
POSYANDU PRIMA DESA GUDANG  
KABUPATEN SITUBONDO**

**SKRIPSI**



**Oleh:**

**Rinta Amaliatus Soleha**

**NIM. 21102166**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
2025**

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul *Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi di Posyandu Prima Desa Gudang Kabupaten Situbondo* telah di uji dan di sahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Rinta Amaliatus Soleha

NIM : 21102166

Hari, Tanggal : 25 Mei 2025

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Ketua penguji

  
Dr. Moh. Wildan, A.Per.Pen, M.Pd  
NIK. 196804211988031001

Penguji II

  
Ns. Ach. Ali Basri, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.K  
NIK. 19930103 202112 2 214

Penguji III

  
Dr. Yugi Hari Chandra Purnama, M.Si  
NIK. 19900708201702 1 134

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,

Universitas dr. Soebandi

  
Af Nur Zannah, S.ST., M.Keb  
NIK. 19891219 201309 2 038

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI  
DI POSYANDU PRIMA DESA GUDANG KABUPATEN  
SITUBONDO**

***RELATIONSHIP BETWEEN LIFESTYLE WITH THE INCIDENCE  
OF HYPERTENSION AT POSYANDU PRIMA GUDANG VILLAGE  
SITUBONDO REGENCY***

**Rinta Amaliatus Soleha<sup>1</sup>, Yugi Hari Chandra purnama<sup>2</sup>, Moh. Wildan<sup>3</sup>, Ach.  
Ali Basri<sup>4</sup>**

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Universitas dr. Soebandi

Email Koresponden: [rintaamaliatus@gmail.com](mailto:rintaamaliatus@gmail.com)

Received:

Accapted:

Publised:

---

**Abstrak**

**Latar belakang:** Hipertensi terjadi pada usia pertengahan hingga usia lanjut jika tidak segera ditangani akan menimbulkan terjadinya komplikasi penyakit jantung, stroke bahkan bisa mengakibatkan terjadinya kematian. Hipertensi dapat dipicu oleh berbagai masalah yang muncul akibat perubahan pola hidup, seperti minimnya kegiatan fisik, kebiasaan makan yang tidak sehat, kurangnya istirahat tidur, serta kebiasaan mengonsumsi rokok.

**Tujuan:** untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di posyandu prima Desa Gudang Kabupaten Situbondo.

**Metode:** penelitian ini menggunakan pendekatan *coss-sectional* dengan desain korelasi. Jumlah populasi pada studi ini yaitu 130 dengan sample sebanyak 98 yang mengalami hipertensi di posyandu prima Desa Gudang Kabupaten Situbondo dengan menggunakan teknik *stratified sampling*. Instrumen yang digunakan kuesioner gaya hidup serta lembar observasi. Analisis univariat dilakukan dengan mengunakan presentase dan distribusi frekuensi, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji *Spearman rank*.

**Hasil:** sebagian besar (62.3%) memiliki pola hidup buruk, sedangkan untuk hipertensi adalah hipertensi derajat satu. Dari analisis *spearman rank*, nilai  $p (0,001) \leq (\alpha) 0,05$  yang menunjukkan  $H_0$  ditolak. Hasil tersebut membuktikan bahwa terdapat korelasi antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi di posyandu prima Desa Gudang Kabupaten Situbondo. Nilai *contingency coefficient* sebesar 0,538 menunjukkan kekuatan hubungan sedang.

**Kesimpulan:** sebagian besar responden diketahui memiliki pola hidup yang kurang sehat dan mengalami hipertensi derajat satu. Terdapat hubungan sedang antara gaya hidup dengan tingkat hipertensi, di mana semakin buruk gaya hidup seseorang, maka semakin tinggi pula tingkat hipertensinya. Selain itu, ditemukan hubungan yang signifikan antara

gaya hidup dan hipertensi di posyandu prima Desa Gudang Kabupaten Situbondo.

**Saran:** Bagi tenaga kesehatan, terutama perawat, diharapkan dapat rutin melakukan skrining kesehatan, serta memberikan intervensi keperawatan yang bebaris memberikan edukasi tentang pola makan yang benar terhadap penderita hipertensi seperti diet rendah garam, menerapkan pola makan yang rendah lemak, kolestrol, serta kaya akan buah

**Kata kunci:** Gaya hidup, Hipertensi, pra-lansia