

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
Skripsi, Juni 2021**

Firda Nur Anisa

C1714201076

HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI

(Literature Review)

ABSTRAK

xiv Bagian Awal+ 65 halaman+ 2 Tabel+ 2 Bagan+ 2 Lampiran

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2015 menyebutkan bahwa penyakit hipertensi menyerang hingga 22% penduduk diseluruh dunia, dan mencapai 36% kejadian di benua Asia Tenggara. Penyakit Hipertensi ini juga menjadi penyebab kematian di Indonesia pada tahun 2016 gaya hidup merupakan faktor resiko terjadinya hipertensi seperti kurangnya aktifitas fisik, pola makan dan kebiasaan meroko. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi berdasarkan *literature riview*. Metode penelitian ini merupakan *literature review* dengan menggunakan *search engine Google Scholar* dan Portal Garuda dengan jumlah populasi 10.624 artikel dan sampel sebanyak 10 artikel yang memenuhi kriteria inklusi. Hasil dari penelitian *literature review* ini didapatkan terdapat ada hubungan antara gaya hidup pola makan, aktifitas fisik dan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi. Peneliti menyarankan perlu dilakukan pemeriksaan kesehatan dan rutin mengecek tekanan darah minimal 5 bulan sekali dan selalu menerapkan pola hidup sehat seperti rutin berolahraga, menjaga pola makan terutama hindari makan yang berlemak dan tinggi garam, dan berhenti merokok

Kata kunci : Gaya Hidup, Kejadian Hipertensi

Daftar pustaka: 26 (2015-2020)

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY TASIKMALAYA
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
BACHELOR NURSING STUDY PROGRAM
Thesis, June 2021

Firda Nur Anisa
C1714201076

LIFESTYLE RELATIONSHIP WITH HYPERTENSION EVENTS
(Literature Review)

ABSTRACT

xiv start section+ 65 pages+ 2 Tabel+ 2 chart+ 2 attachments

According to the World Health Organization (WHO) in 2015 stated that hypertension attacks up to 22% of the population worldwide, and reaches 36% of the incidence in the Southeast Asian continent. Hypertension is also a cause of death in Indonesia in 2016 lifestyle is a risk factor for hypertension such as lack of physical activity, diet and smoking habits. The purpose of this study was to determine the relationship between lifestyle and the incidence of hypertension based on a literature review. This research method is a literature review using the Google Scholar search engine and the Garuda Portal with a population of 10,624 articles and a sample of 10 articles that meet the inclusion criteria. The results of this literature review study found that there was a relationship between lifestyle, diet, physical activity and smoking habits with the incidence of hypertension. Researchers suggest that it is necessary to do health checks and routinely check blood pressure at least once every 5 months and always apply a healthy lifestyle such as exercising regularly, maintaining a healthy diet, especially avoiding fatty and high salt foods, and quitting smoking. Keywords: Lifestyle, Incidence of Hypertension

References: 26 (2015-2020)