

SKRIPSI

HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS BELIMBING PADANG TAHUN 2026

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan
Pendidikan Strata 1 Keperawatan**



Oleh
Agnes Malzora
2114201054

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2026**

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Agnes Malzora

NIM : 2114201054

Tempat/Tanggal Lahir : Solok, 18 Oktober 1999

Tahun Masuk : 2021

Program Studi : S-1 Keperawatan

Nama Pembimbing Akademik: Ns. Revi Neini Ikbal, S.Kep. M.Kep

Nama Pembimbing I : Ns. Revi Neini Ikbal, S.Kep. M.Kep

Nama Pembimbing II : Ns. Willady Rasyid, S.Kep. M.Kep Sp Kep MB

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi yang berjudul : **“Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Belimbing Padang tahun 2026”**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan. Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, Agustus 2026



Agnes Malzora

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Agnes Malzora
NIM : 2114201054
Program Studi : S-1 Keperawatan
Judul Skripsi : Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Belimbing Padang tahun 2026

Telah disetujui untuk diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Seminar Skripsi Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

Padang, Agustus 2026

Pembimbing I



Ns. Revi Neini Ikbal, S.Kep, M.Kep

Pembimbing II



Ns. Willady Rasyid, S.Kep. M.Kep Sp Kep MB

Disahkan oleh
Dekan
Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang



Ns. Syalvia Oresti, S.Kep, M.Kep, Ph.D

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Agnes Malzora
Nim : 2114201054
Program Studi : S-1 Keperawatan
Judul Proposal : Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi
Di Puskesmas Belimbing Padang Tahun 2026.

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan Penguji Seminar Hasil pada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

Padang, April 2026

DEWAN PENGUJI

Pembimbing I
(Ns.Revi Neini Ikbal S.kep,M,Kep)

Pembimbing II
(Ns. Willady Rasyid, S.Kep. M.Kep Sp Kep MB)

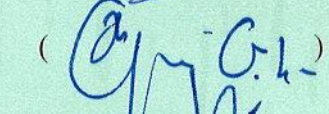
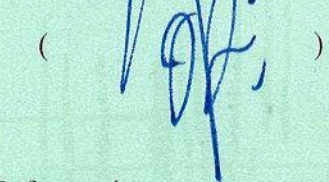
Penguji I
(Ns.Hidayatul Rahmi,S.Kep.,M.Kep)

Penguji II
(Ns. Rebbi Permata Sari, S. Kep., M.kep)

Disahkan oleh
Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang

(Ns. Syalvia Oresti, S.Kep., M.Kep., Ph.D)

()
()
()
()



**Program Studi S1 Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang
Skripsi, Agustus 2026**

Agnes Malzora

**Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Belimbing
Padang tahun 2026**

xi + 54 halaman + 7 tabel + 2 gambar + 12 lampiran

ABSTRAK

Sumatra barat merupakan salah satu provinsi di Indonesia Yang masih menghadapi permasalahan Hipertensi dengan kasus yang terus meningkat. Sumatera Barat menempati urutan posisi ke 20 penderita hipertensi di Indonesia. Salah satu penyebab hipertensi dikarenakan gaya hidup. Gaya hidup yang kurang sehat seperti tidak melakukan aktifitas fisik, pola makan, konsumsi kopi dan stres. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Belimbing Padang tahun 2026.

Metode pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan *analitik kolerasi* dengan desain *cross sectional*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret – Agustus 2026. Pengumpulan data pada tanggal 17 – 25 Juli 2026. Penelitian ini telah dilakukan di Puskesmas Belimbing Padang pada bulan Agustus 2026. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pasien usia 29-60 tahun yang berkunjung ke Puskesmas Belimbing Padang pada bulan Juni tahun 2026 sebanyak 308 orang dengan sampel 75 orang. Teknik pengambilan sampel *accidental sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner. Analisa data univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil penelitian ini didapatkan 60% responden mengalami kejadian hipertensi. Lebih dari separoh (52%) memiliki gaya hidup kurang baik dan terdapat hubungan yang bermakna antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Belimbing Padang ($pvalue=0,000$) ($\leq 0,05$).

Kesimpulan penelitian ini terdapat hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi. Disarankan kepada pihak Puskesmas Belimbing Padang meningkatkan peran aktif petugas Puskesmas dalam memberikan informasi tentang pencegahan hipertensi dan edukasi yang lengkap secara intensif tentang hipertensi dan dapat pasien dapat merubah gaya hidup yang lebih baik dengan menggunakan leaflet dan poster serta melakukan kegiatan Prolanis.

**Kata Kunci : Hipertensi, Dukungan Keluarga, Self Care Behaviour
Daftar Bacaan : 40 (2016-2024)**

Nursing Undergraduate Program
Faculty of Health Sciences and Information Technology
Alifah University, Padang
Thesis, August 2026

Agnes Malzora

The Relationship between Lifestyle and Hypertension Incidence at Belimbing Community Health Center, Padang, in 2026

xi + 54 pages + 7 tables + 2 figures + 12 appendices

ABSTRACT

West Sumatra is one of the provinces in Indonesia that continues to face the problem of hypertension, with cases continuing to rise. West Sumatra ranks 20th in Indonesia for hypertension sufferers. One of the causes of hypertension is lifestyle. Unhealthy lifestyles such as lack of physical activity, poor diet, coffee consumption, and stress. The purpose of this study was to determine the relationship between lifestyle and the incidence of hypertension at the Belimbing Padang Community Health Center in 2026.

The method used in this study was quantitative with correlation analysis and a cross-sectional design. The study was conducted from March to August 2026. Data collection took place from July 17 to 25, 2026. This study was conducted at the Belimbing Padang Community Health Center in August 2026. The population in this study was all 308 patients visiting the Belimbing Padang Community Health Center in June 2026, with a sample size of 75 people. The sampling technique was accidental sampling. Data were collected using a questionnaire. Univariate and bivariate data analysis used the Chi-Square test.

The results of this study found that 60% of respondents experienced hypertension. More than half (52%) had an unhealthy lifestyle, and there was a significant association between lifestyle and hypertension at the Belimbing Padang Community Health Center ($p\text{-value} = 0.000$) (<0.05).

The conclusion of this study is that there is a relationship between lifestyle and hypertension. It is recommended that the Belimbing Padang Community Health Center increase the active role of health center staff in providing information on hypertension prevention and comprehensive, intensive education about hypertension. Patients can also make better lifestyle changes by using leaflets and posters and participating in Prolanis activities.

Keywords: Hypertension, Family Support, Self-Care Behavior
Reading List: 40 (2016-2024)