

RINGKASAN

Universitas Muslim Indonesia
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Program Studi Kesehatan Masyarakat
Peminatan Epidemiologi
Skripsi, Maret 2026

Dwi Arfiani Sukri
14120220024

“Hubungan Gaya Hidup terhadap Kejadian Hipertensi pada Usia Dewasa Muda di Wilayah Kerja Puskesmas Paccerakkang Kota Makassar Tahun 2026”

(CLXV+ 165 halaman + 13 tabel + 15 lampiran)

Dibimbing oleh : Fatmah Afrianty Gobel dan Farihah Muhsanah

Hipertensi merupakan masalah kesehatan serius yang terus meningkat, termasuk pada usia dewasa muda. Hipertensi di hubungkan dengan dengan perubahan gaya hidup seperti kurangnya aktivitas fisik, tingginya konsumsi makanan ultra-olahan (*ultra processed food/UPF*), stres, dan *screen time* yang tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan gaya hidup terhadap kejadian hipertensi pada usia dewasa muda di wilayah kerja Puskesmas Paccerakkang Kota Makassar.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional study*. Teknik pengambilan sampel yaitu *accidental sampling* jumlah sampel sebanyak 73 responden, instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Analisis data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat dengan menggunakan uji *chi square* pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik terhadap kejadian hipertensi pada usia dewasa muda yaitu ($p = 0,004 < 0,05$), ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan makan makanan olahan (UPF) terhadap kejadian hipertensi pada usia dewasa muda yaitu ($p = 0,012 < 0,05$), ada hubungan yang signifikan antara *screen time* terhadap kejadian hipertensi pada usia dewasa muda yaitu ($p = 0,002 < 0,05$), ada hubungan yang signifikan antara stress terhadap kejadian hipertensi pada usia dewasa muda yaitu ($p = 0,011 < 0,05$). Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan aktivitas fisik, kebiasaan makan makanan olahan (UPF), *screen time*, dan juga stress terhadap kejadian hipertensi pada usia dewasa muda di wilayah kerja Puskesmas Paccerakkang Kota Makassar.

Daftar Pustaka: 70 (2020-2025)

Kata Kunci : Hipertensi, gaya hidup, dewasa muda,

Keyword : Hypertension, lifestyle, young adults