

ABSTRAK

Latar belakang angka kejadian hipertensi yang meningkat di Indonesia. Pada tahun 2016 didapatkan 33,1% dan pada tahun 2017 36,9%. Hipertensi adalah penyakit multifaktorial yakni penyakit yang dipengaruhi oleh beberapa faktor. Yaitu faktor yang tidak dapat diubah meliputi usia, jenis kelamin, genetic dan faktor resiko yang dapat diubah meliputi obesitas, kebiasaan merokok, kebiasaan aktivitas fisik, dan kebiasaan mengkonsumsi garam. **Tujuan penelitian** untuk mengetahui gambaran faktor resiko Hipertensi yang dapat diubah di Rt 01 Jatihandap Bandung 2021. **Metode** penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif dengan populasi warga Rt 01 berjumlah 171 orang dan sampel berjumlah 120 orang dengan menggunakan teknik *random sampling* setelah itu digunakan kembali teknik *sampling purposive sampling* dengan jumlah 50 responden. Sub variabel yang diukur yaitu obesitas, kebiasaan merokok, kebiasaan beraktivitas fisik (olahraga) dan kebiasaan konsumsi garam. Analisis dan pengolahan data yang dilakukan dengan menggunakan analisis univariat. **Hasil penelitian** menunjukkan bahwa hampir seluruhnya (98%) responden mengalami obesitas, lebih dari setengah (82 %) responden tidak memiliki kebiasaan merokok, lebih dari setengah (72%) responden tidak memiliki kebiasaan berolahraga dan lebih dari setengah (62%) responden memiliki kebiasaan mengkonsumsi tinggi garam. **Kesimpulan** pada penelitian ini responden masih memiliki faktor resiko yang dapat diubah seperti obesitas, kebiasaan aktivitas, dan kebiasaan mengkonsumsi garam namun pada kebiasaan merokok responden hanya sedikit yang beresiko. **Disarankan** kepada masyarakat untuk mengurangi makanan yang berlemak dan berolahraga secara teratur. Masyarakat diharuskan mengurangi konsumsi makanan yang tinggi garam karena akan memicu meningkatnya faktor resiko terkena hipertensi serta melakukan kebiasaan sehat agar tidak terkena hipertensi dan rajin memeriksa tekanan darahnya.

Kata Kunci: Faktor Resiko, Hipertensi , Warga RT 01

Daftar Pustaka : 10 Jurnal

ABSTRAK

The background of the increasing incidence of hypertension in Indonesia. In 2016 it was 33.1% and in 2017 36.9%. Hypertension is a multifactorial disease, namely a disease that is influenced by several factors. Namely factors that cannot be changed include age, gender, genetics and modifiable risk factors include obesity, smoking habits, physical activity habits, and salt consumption habits. **The purpose** of the study was to determine the description of the risk factors for hypertension that can be changed in Rt 01 Jatihandap Bandung 2021. **The research method** used is a descriptive method with a population of 171 residents of Rt 01 and a sample of 120 people with a sampling technique using random sampling technique after which the technique is reused. sampling purposive sampling with a total of 50 respondents. The sub-variables measured were obesity, smoking habits, physical activity habits (exercise) and salt consumption habits. Data analysis and processing were carried out using univariate analysis. **The results** showed that almost all (98%) of respondents were obese, more than half (82%) of respondents did not have a smoking habit, more than half (72%) of respondents did not have a habit of exercising and more than half (62%) of respondents had a habit of smoking. consuming high salt. **Conclusions and suggestions** for conclusions in this study respondents still have modifiable risk factors such as obesity, activity habits, and salt consumption habits, but only a few respondents are at risk of smoking. It is recommended to the public to reduce fatty foods and exercise regularly. People are required to reduce the consumption of foods that are high in salt because it will trigger an increase in risk factors for hypertension and make healthy habits so as not to get hypertension and diligently check their blood pressure..

Keywords: Hypertension, Risk Factors, Residents of RT 01

Foreword : 10 journal