

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN GAYA HIDUP PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI BANJAR BENAWAH DESA PETAK KELOD KECAMATAN
GIANYAR KABUPATEN GIANYAR
TAHUN 2021**



Oleh :

NI KETUT LESTARI DEWI
NIM. P07120018056

**KEMENTERIAN KESEHATAN R.I.
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2021**

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN GAYA HIDUP PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI BANJAR BENAWAH DESA PETAK KELOD KECAMATAN
GIANYAR KABUPATEN GIANYAR
TAHUN 2021**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan
Pada Program Studi DIII Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Denpasar**

Oleh :

NI KETUT LESTARI DEWI

NIM. P07120018056

**KEMENTERIAN KESEHATAN R.I.
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2021**

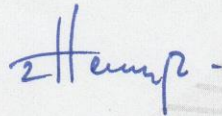
LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN GAYA HIDUP PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI BANJAR BENAWAH DESA PETAK KELOD KECAMATAN
GIANYAR KABUPATEN GIANYAR
TAHUN 2021**

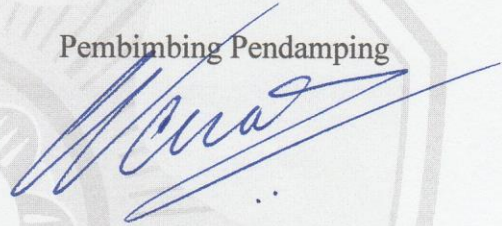
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



Dr.K.A.Henny Achjar,SKM.,M.Kep.,Sp.Kom
NIP. 196603211988032001

Pembimbing Pendamping



Ners. IGK Gede Ngurah,S.Kep.M.Kes
NIP. 196303241983091001

MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



Ns. I Made Sukarja, S.Kep.,M.Kep.
NIP. 196812311992031020

KARYA TULIS ILMIAH DENGAN JUDUL :
GAMBARAN GAYA HIDUP PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI BANJAR BENAWAH DESA PETAK KELOD KECAMATAN
GIANYAR KABUPATEN GIANYAR TAHUN 2021

TELAH DIUJIKAN DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SENIN

TANGGAL : 17 MEI 2021

TIM PENGUJI :

- | | | |
|---|-----------------|---------|
| 1. <u>Drs. I Wayan Mustika, S.Kep.Ns.M.Kes</u>
NIP. 196508111988031002 | (Ketua Penguji) | (.....) |
| 2. <u>Ketut Sudiantara, A.Per.Pen.S.Kep.Ns M.Kes</u>
NIP. 196808031989031003 | (Anggota I) | (.....) |
| 3. <u>Dr. K.A.Henny Achjar, SKM., M.Kes., Sp.Kom</u>
NIP. 196603211988032001 | (Anggota II) | (.....) |

MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



Ns. I Made Sukarja, S.Kep.,M.Kep.
NIP. 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Ketut Lestari Dewi

NIM : P07120018056

Program Studi : DIII Keperawatan

Jurusan : Keperawatan

Tahun Akademik : 2021

Alamat : Br. Benawah, Desa Petak, Kecamatan Gianyar, Kabupaten
Gianyar.

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir dengan judul Gambaran Gaya Hidup Pada Penderita Hipertensi Di Banjar Benawah, Desa Petak Kelod, Kecamatan Gianyar, Kabupaten Gianyar Tahun 2021 adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, April 2021

Yang membuat pernyataan



Ni Ketut Lestari Dewi
NIM. P07120018056

**DESCRIPTION OF LIFE STYLE IN PEOPLE WITH HYPERTENSION IN
BENAWAH COMMUNITY PETAK KELOD VILLAGE GIANYAR SUB-
DISTRICT GIANYAR DISTRICT IN 2021**

ABSTRACT

Hypertension is one of the major causes increased rates mortality and morbidity in Indonesia. This study aims to describe the lifestyle of people with hypertension in Benawah Community Petak Kelod Village Gianyar Sub-district Gianyar District in 2021. The research method used is descriptive study with cross sectional approach model. The sampling technique uses total sampling with 55 research samples. The result of this study indicate that the majority of respondents consume excessive salt as many as 30 respondents (54,5 %). Respondents who frequently consuming fatty food are 31 respondents (56,4 %). Respondents who frequently consuming caffeine are 33 respondents (60 %). Most respondents did not drink alcohol as much as 29 respondents (52,7 %). The majority of respondents had smoking habit as much as 28 respondents (50,9 %). Respondents had less physical activity habits as many as 29 respondents (52,7 %), and respondents experienced a state of moderate stress as many as 20 respondents (36,4 %). Based on this study, it can be concluded that the majority of people with hypertension are often consuming excessive salt, consuming fatty food, consuming caffeine, smoking habit, lack of physical activity, and moderate stress. Suggestions for people to always apply a healthy lifestyle and control blood pressure regularly.

Keywords : Lifestyle, Hypertension, and Community

GAMBARAN GAYA HIDUP PADA PENDERITA HIPERTENSI DI BANJAR BENAWAH DESA PETAK KELOD KECAMATAN GIANYAR KABUPATEN GIANYAR TAHUN 2021

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama meningkatnya angka mortalitas dan angka morbiditas di Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran gaya hidup pada penderita hipertensi di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar tahun 2021. Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian deskriptif dengan model pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling* dengan 55 sampel penelitian. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden mengonsumsi makanan asin sebanyak 30 responden (54,5%). Responden yang sering mengonsumsi makanan berlemak sebanyak 31 responden (56,4%). Responden yang sering mengonsumsi minuman berkafein sebanyak 33 responden (60%). Responden terbanyak tidak mengonsumsi alkohol sebanyak 29 responden (52,7%). Sebagian besar responden memiliki kebiasaan merokok sebanyak 28 responden (50,9%). Responden memiliki kebiasaan aktivitas fisik tidak cukup sebanyak 29 responden (52,7%), dan responden mengalami keadaan stres sedang sebanyak 20 responden (36,3%). Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa mayoritas pada penderita hipertensi adalah sering mengonsumsi makanan asin, makanan berlemak, mengonsumsi minuman berkafein, kebiasaan merokok, kurang aktivitas fisik dan mengalami stres sedang. Saran bagi masyarakat yaitu selalu menerapkan gaya hidup sehat dan mengontrol tekanan darah secara rutin.

Kata Kunci : Gaya hidup, Hipertensi, dan Masyarakat

RINGKASAN PENELITIAN

Gambaran Gaya Hidup Pada Penderita Hipertensi Di Banjar Benawah
Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar
Tahun 2021

Oleh : Ni Ketut Lestari Dewi (P07120018056)

Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama meningkatnya angka mortalitas dan angka morbiditas di Indonesia (Pusparani, 2016). Seseorang dikatakan terkena hipertensi apabila tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Seseorang dikatakan terkena hipertensi tidak hanya dengan satu kali pengukuran, tetapi dua kali atau lebih pada waktu yang berbeda.

Faktor-faktor yang mempengaruhi tekanan darah dapat dibedakan menjadi faktor yang tidak dapat dikendalikan antara lain umur, jenis kelamin, genetik, dan ras, serta faktor yang dapat dikendalikan yaitu gaya hidup (Rahma, 2017). Gaya hidup merupakan faktor terpenting yang dapat mempengaruhi kehidupan pada masyarakat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015). Berdasarkan hasil Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa hampir di seluruh provinsi di Indonesia konsumsi sayur dan buah tergolong rendah. Secara nasional, prevalensi makanan asin, kebiasaan merokok, minum alkohol, minum minuman berkafein, kurang olahraga, dan pemicu stres masih cukup tinggi (Nisa dkk., 2018).

Komplikasi yang disebabkan oleh hipertensi yang tidak terkontrol antara lain penyakit jantung koroner, stroke, penyakit ginjal, masalah penglihatan, hingga yang paling berbahaya yaitu kematian (Aminuddin dkk., 2019). Menurut data WHO (2015) menyebutkan bahwa sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, yang artinya 1 dari 3 orang di dunia didiagnosis hipertensi. Jumlah penderita hipertensi terus meningkat dari tahun ke tahun. Diperkirakan 1,5 miliar orang akan menderita hipertensi pada tahun 2025, dan diperkirakan 9,4 juta orang akan meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya setiap tahun (P2PTM Kemenkes RI, 2019).

Menurut WHO (2016) menyebutkan bahwa hipertensi menyerang 22% penduduk dunia dan mencapai 36% angka kejadian di Asia Tenggara. Hipertensi juga menjadi penyebab kematian dengan angka 23,7% dari total 1,7 juta kematian di Indonesia (Hariawan & Tatisina, 2020). Menurut data Riskesdas (2018) terdapat peningkatan kejadian hipertensi dibandingkan hasil Riskesdas tahun 2013. Prevalensi kejadian hipertensi berdasarkan hasil Riskesdas (2018) adalah 34,1% yang artinya mengalami peningkatan dari hasil Riskesdas tahun 2013 yang mencapai angka 25,8%. Jumlah estimasi penderita hipertensi di Provinsi Bali yang berusia ≥ 15 tahun terdapat sebanyak 820.878 kasus. Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar (2020) jumlah kasus hipertensi di Kabupaten Gianyar mencapai 36.644 kasus dan menduduki urutan ke-2 dalam 10 besar penyakit terbanyak di Kabupaten Gianyar. Jumlah penderita hipertensi di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar pada tahun 2019 adalah sebanyak 55 orang.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gaya hidup pada penderita hipertensi di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar tahun 2021. Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian deskriptif dengan model pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling* dengan 55 sampel penelitian

Hasil penelitian berdasarkan karakteristik terbanyak adalah pada rentang umur 41 – 60 tahun yaitu sebanyak 26 responden (47,3%) dengan mayoritas laki-laki sebanyak 30 responden (54,5%), tingkat pendidikan terbanyak SD sebanyak 18 responden (32,7%), dan sebagian besar bekerja sebagai petani yaitu sebanyak 15 responden (27,2%). Berdasarkan gaya hidup responden memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan asin sebanyak 30 responden (54,5%), memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan berlemak sebanyak 31 responden (56,4%), memiliki kebiasaan mengonsumsi minuman berkafein yaitu sebanyak 33 responden (60%), tidak memiliki kebiasaan mengonsumsi minuman beralkohol sebanyak 29 responden (52,7%), memiliki kebiasaan merokok sebanyak 28 responden (50,9%), memiliki kebiasaan aktivitas fisik yang tidak cukup yaitu sebanyak 29 responden (52,7%), dan responden yang mengalami stres sedang yaitu sebanyak 20 responden (36,4%).

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa/Ida Sang Hyang Widhi karena atas rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul **Gambaran Gaya Hidup Pada Penderita Hipertensi Di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021** dengan baik walaupun di dalamnya masih terdapat banyak kekurangan.

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat tugas akhir untuk menyelesaikan Pendidikan D-III Keperawatan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan. Karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan bukanlah semata-mata atas usaha sendiri melainkan berkat banyak dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Anak Agung Ngurah Kusumajaya, Sp., MPH. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti pendidikan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
2. Bapak Ns. I Made Sukarja, S.Kep.,M.Kep., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Bapak I Nengah Sumirta, SST, M.Kes., selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah

4. memberikan bimbingan secara tidak langsung selama pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
5. Ibu Dr. K.A.Henny Achjar, SKM., M.Kes., Sp.Kom., selaku pembimbing utama yang selalu menyempatkan banyak waktu memberikan bimbingan dan masukan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Bapak Ners. IGK Gede Ngurah, S.Kep.M.Kes., selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Seluruh dosen yang telah terlibat dalam pengajaran pengantar riset keperawatan yang telah memberikan ilmunya yang sangat bermanfaat bagi kami, sehingga penulis dapat menyusun Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik.
8. Bapak I Made Ardita dan Ibu Ni Made Lasmini selaku orang tua serta kakak-kakak saya yang telah memberikan dukungan baik secara fisik maupun psikologis sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah sesuai dengan harapan.
9. Seluruh sahabat saya dan seluruh teman-teman angkatan XXXIII D-III Keperawatan Jurusan Keperawatan yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu yang telah mendukung dan memotivasi penulis sehingga dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan sesuai dengan harapan.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam proses penelitian yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk tercapainya Karya Tulis Ilmiah yang baik dan bermanfaat.

Denpasar, April 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	ii
HALAMAN JUDUL.....	vi
LEMBAR PERSETUJUAN.....	vii
LEMBAR PENGESAHAN	viii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	ix
ABSTRACT	x
ABSTRAK.....	vii
RINGKASAN PENELITIAN	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR TABEL	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR GAMBAR	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Tujuan Umum.....	Error! Bookmark not defined.
2. Tujuan Khusus.....	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Manfaat Teoritis	Error! Bookmark not defined.
2. Manfaat Praktis.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
A. Konsep Teori Gaya Hidup	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi Gaya Hidup.....	Error! Bookmark not defined.

2.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Gaya Hidup Penderita Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
3.	Aspek-Aspek yang Berkaitan dengan Gaya Hidup	Error! Bookmark not defined.
B.	Konsep Teori Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
1.	Definisi Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.	Penyebab Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
3.	Gejala Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
4.	Patofisiologi Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
5.	Penatalaksanaan Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
6.	Komplikasi Hipertensi.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III	KERANGKA KONSEP	Error! Bookmark not defined.
A.	Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.
B.	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
1.	Variabel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
2.	Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A.	Jenis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B.	Tempat Dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C.	Populasi Dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
1.	Populasi	Error! Bookmark not defined.
2.	Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
D.	Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
1.	Jenis Data	Error! Bookmark not defined.
2.	Teknik Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.	Langkah - Langkah Pengumpulan Data ..	Error! Bookmark not defined.

4.	Instrumen Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
E.	Pengolahan dan Analisis Data.....	Error! Bookmark not defined.

1. Pengolahan Data.....	Error! Bookmark not defined.
2. Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
F. Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. <i>Informed consent</i> (persetujuan menjadi klien)	Error! Bookmark not defined.
2. <i>Anonymity</i> (tanpa nama)	Error! Bookmark not defined.
3. <i>Confidentially</i> (kerahasiaan).....	Error! Bookmark not defined.
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Gambaran Lokasi Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	Error! Bookmark not defined.
3. Gaya Hidup Penderita Hipertensi.....	Error! Bookmark not defined.
B. Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
4. Gambaran Karakteristik Responden.....	Error! Bookmark not defined.
5. Gambaran Gaya Hidup Responden	Error! Bookmark not defined.
C. Keterbatasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Simpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....	73

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Tekanan Darah.....	12
Tabel 2	Definisi Operasional Gambaran Gaya Hidup Pada Penderita Hipertensi di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	23
Tabel 3	Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Umur di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	34
Tabel 4	Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	35
Tabel 5	Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Pendidikan di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	35
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Pekerjaan di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	36
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Asin di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	36
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Asin Berdasarkan Umur di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	37
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Asin Berdasarkan Jenis Kelamin di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	38
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Asin Berdasarkan Pendidikan di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	38
Tabel 11	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Asin Berdasarkan Pekerjaan di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	39
Tabel 12	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Berlemak di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	40

Tabel 13	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Berlemak Berdasarkan Umur di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	40
Tabel 14	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Berlemak Berdasarkan Jenis Kelamin di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021	41
Tabel 15	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Berlemak Berdasarkan Pendidikan di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021	42
Tabel 16	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Berlemak Berdasarkan Pekerjaan di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	43
Tabel 17	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Berkafein di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	43
Tabel 18	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Berkafein Berdasarkan Umur di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	44
Tabel 19	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Berkafein Berdasarkan Jenis Kelamin di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	45
Tabel 20	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Berkafein Berdasarkan Pendidikan di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	45
Tabel 21	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Berkafein Berdasarkan Pekerjaan di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	46
Tabel 22	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Beralkohol di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	47
Tabel 23	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Beralkohol Berdasarkan Umur di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	47

Tabel 24	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Beralkohol Berdasarkan Jenis Kelamin di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021	48
Tabel 25	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Beralkohol Berdasarkan Pendidikan di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	49
Tabel 26	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Beralkohol Berdasarkan Pekerjaan di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	49
Tabel 27	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kebiasaan Merokok di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	50
Tabel 28	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Merokok Berdasarkan Umur di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	50
Tabel 29	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Merokok Berdasarkan Jenis Kelamin di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	51
Tabel 30	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Merokok Berdasarkan Pendidikan di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	52
Tabel 31	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Merokok Berdasarkan Pekerjaan di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	52
Tabel 32	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Aktivitas Fisik di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	53
Tabel 33	Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik Berdasarkan Umur di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	53
Tabel 34	Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik Berdasarkan Jenis Kelamin di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	54
Tabel 35	Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik Berdasarkan Pendidikan di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	55

Tabel 36	Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik Berdasarkan Pekerjaan di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	55
Tabel 37	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Stres di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	56
Tabel 38	Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Berdasarkan Umur di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	57
Tabel 39	Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Kelamin di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	58
Tabel 40	Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Berdasarkan Pendidikan di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	58
Tabel 41	Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Berdasarkan Pekerjaan di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021.....	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep Gambaran Gaya Hidup Pada Penderita Hipertensi
.....**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2 Rencana Anggaran Biaya Penelitian ..	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4 Lembar Persetujuan Responden	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5 Persetujuan Setelah Penjelasan (<i>Informed Consent</i>)	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6 Format Lembar Kuesioner.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 8 Tabel Distribusi Frekuensi.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 9 Master Tabel	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 10 Validasi Bimbingan	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 11 Surat Rekomendasi Penelitian Provinsi.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 12 Surat Rekomendasi Penelitian Kabupaten.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 13 Surat Persetujuan Etik / Ethical Approval.....	Error! Bookmark not defined.