

ABSTRAK

YAYU YULIA NINGSIH

**HUBUNGAN KEBIASAAN MEROKOK KONSUMSI MAKANAN TINGGI
NATRIUM DAN OBESITAS TERHADAP HIPERTENSI PADA PRA
LANSIA UMUR 45-59 TAHUN DI RUMAH SAKIT JASA KARTINI
TASIKMALAYA**

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah keadaan dimana tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastoliknya lebih dari 90 mmHg. Hipertensi menjadi salah satu penyakit yang cukup berbahaya hingga sering disebut dengan penyakit *The Silent Killer* karena termasuk penyakit yang mematikan tanpa disertai gejala terlebih dahulu oleh penderita. Hipertensi merupakan suatu penyakit yang cukup serius dimana bisa menimbulkan risiko penyakit lainnya seperti stroke, diabetes, kardiovaskular, ginjal kronis dan penyakit lainnya. Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi. Menganalisis hubungan konsumsi makanan tinggi natrium dengan kejadian hipertensi dan Menganalisis hubungan obesitas dengan kejadian hipertensi pada pra lansia usia 45-59 tahun di Rumah Sakit Jasa Kartini Tasikmalaya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif analitik, dengan desain penelitian menggunakan pendekatan *Case Control*. Populasi pada penelitian ini adalah pasien rawat jalan hipertensi berusia 45-59 tahun di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Jasa Kartini pada 2022 sampai September 2024 dan tinggal di Kota Tasikmalaya. Dengan 1:2 untuk setiap kelompok kasus dan kelompok kontrol. Maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 50 responden kelompok kasus dan 100 responden kelompok kontrol. Jumlah sampel keseluruhan adalah sebanyak 150 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan merokok, konsumsi tinggi natrium dan obesitas tidak memiliki hubungan signifikan dengan hipertensi dengan nilai p value yaitu $p=0,120$ ($> 0,05$) dengan OR = 1,994 untuk kebiasaan merokok, nilai p value yaitu $p = 0,194$ ($> 0,05$) dengan OR = 0,583 untuk konsumsi makanan tinggi natrium dan nilai p value yaitu $p = 0,583$ ($> 0,05$) dengan OR = 1,313 untuk obesitas. Saran yang diberikan yaitu, rumah sakit tetap diharapkan untuk mengoptimalkan upaya promotif dan preventif, khususnya dalam edukasi gaya hidup sehat, seperti berhenti merokok, membatasi konsumsi garam, serta menjaga berat badan ideal

Kata Kunci: Kebiasaan merokok, konsumsi makanan tinggi natrium, obesitas, hipertensi.

ABSTRACT

YAYU YULIA NINGSIH

THE RELATIONSHIP BETWEEN SMOKING HABITS, HIGH-SODIUM FOOD CONSUMPTION, AND OBESITY WITH HYPERTENSION AMONG PRE-ELDERLY AGED 45–59 YEARS AT JASA KARTINI HOSPITAL TASIKMALAYA.

Hypertension, or high blood pressure, is a condition in which systolic blood pressure exceeds 140 mmHg and diastolic pressure exceeds 90 mmHg. Hypertension is considered a dangerous disease and is often referred to as “The Silent Killer” because it can be fatal without showing any early symptoms. It is a serious condition that can lead to other complications such as stroke, diabetes, cardiovascular disease, chronic kidney disease, and more. The purpose of this study was to analyze the relationship between smoking habits and the incidence of hypertension, the relationship between high sodium food consumption and hypertension, and the relationship between obesity and hypertension among pre-elderly individuals aged 45–59 years at Jasa Kartini Hospital, Tasikmalaya. This research used a descriptive-analytic method with a case-control study design. The population consisted of outpatient hypertension patients aged 45–59 years at the Internal Medicine Clinic of Jasa Kartini Hospital from 2022 to September 2024, residing in Tasikmalaya City. The sample consisted of 1:2 ratio groups with 50 respondents in the case group and 100 respondents in the control group, totaling 150 respondents. The results showed that smoking habits, high sodium intake, and obesity were not significantly associated with hypertension. The p-values were $p = 0.120$ (OR = 1.994) for smoking habits, $p = 0.194$ (OR = 0.583) for high sodium food consumption, and $p = 0.583$ (OR = 1.313) for obesity, all of which were greater than 0.05. It is recommended that the hospital continues to optimize promotive and preventive efforts, particularly in providing education on healthy lifestyles, such as quitting smoking, reducing salt intake, and maintaining an ideal body weight.

Keywords: *Smoking habits, high-sodium food consumption, obesity, hypertension.*