

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KEJADIAN HIPERTENSI DI DESA SAGARAHANG
KECAMATAN DARMA KABUPATEN
KUNINGAN**

SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Bhakti Husada Indonesia**

Oleh :

**ILYA NUR FADHILAH
CKR0220162**



**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KEJADIAN HIPERTENSI DI DESA SAGARAHANG
KECAMATAN DARMA KABUPATEN
KUNINGAN**

Diajukan Oleh :

ILYA NUR FADHILAH
CKR0220162

Kuningan, Maret 2026
Telah Disetujui Oleh,

Pembimbing I



Ns. Yana Hendriana, S.Kep.,M.Kep
NIK.850418022012071

Pembimbing II

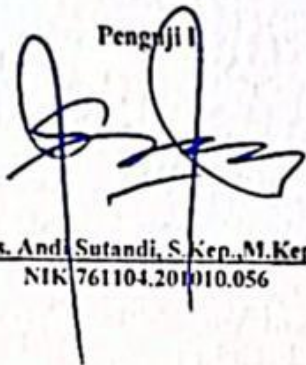


Ns. Lia Mulyati, S.Kep.,M.Kep
NIK.770114.200811.020

LEMBAR PENGESAHAN
FAKTOR-FAKTOR YANG BERTHUBUNGAN DENGAN
KEJADIAN HIPERTENSI DI DESA SAGARAHANG
KECAMATAN DARMA KABUPATEN
KUNINGAN

Skripsi ini telah diujikan oleh tim penguji
Program Studi SI Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Bhakti Husada Indonesia
Pada Bulan Juli 2026

Penguji I



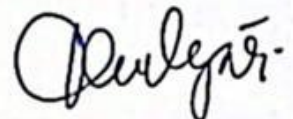
Ns. Andi Sutandi, S.Kep., M.Kep
NIK. 761104.201010.056

Penguji II



Ns. Yana Hendriana, S.Kep., M.Kep
NIK. 850418022012071

Penguji III



Ns. Lia Mulyati, S.Kep., M.Kep
NIK. 770114.200811.020

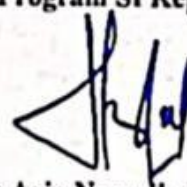
Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Bhakti Husada Indonesia



Ns. Heri Hermansyah, S.Kep., M.KM
NIK. 831102.200904.024

Ketua Program SI Keperawatan



Ns. Neneng Aria Nengsih, S.Kep., M.Kep
NIK. 811007.2010110.040

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya mahasiswa Program S1
Keperawatan Universitas Bhakti Husada Indonesia.

Nama : Ilya Nur Fadhilah

NIM : CKR0220162

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya buat beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko atau sanksi bila ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan tersebut dalam karya saya. Demikian surat ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Kuningan, Juni 2026



ILYA NUR FADHILAH
CKR0220162

LEMBAR PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang senantiasa memberikan kemudahan, kelancaran dan keberkahan bagi penulis untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini. Dengan segenap rasa cinta dan kasih, penulis persembahkan skripsi ini untuk :

Pintu surgaku, Mama Juju tercinta, perempuan paling kuat yang menjadi alasan penulis tidak pernah berhenti berjuang. Terima kasih telah mengorbankan begitu banyak hal demi masa depan penulis. Mama memilih merantau dan bekerja keras demi memberikan kehidupan dan pendidikan yang terbaik bagi penulis. Tidak ada satu pun perjuangan Mama yang luput dari ingatan penulis. Setiap langkah hingga penulis berada pada titik ini merupakan buah dari doa, kerja keras, dan cinta Mama yang tak pernah habis. Karya tulis sederhana beserta gelar ini penulis persembahkan sebagai ungkapan cinta, rasa hormat, syukur, dan terima kasih atas segala perjuangan yang telah Mama berikan. Bagi penulis, Mama akan selalu menjadi perempuan yang cintanya selalu menjadi rumah bagi penulis.

Kepada Tante Titin dan Om Ikin Sodikin tercinta, yang dengan penuh kasih sayang telah merawat, membesarkan, dan menyayangi penulis selayaknya anak sendiri sejak kecil. Terima kasih telah menghadirkan kehangatan sebuah rumah, menjadi tempat penulis bertumbuh, serta memberikan perhatian, doa, dan dukungan tanpa henti dalam setiap perjalanan hidup penulis. Peran, kasih sayang, dan ketulusan Tante dan Om akan selalu menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari setiap langkah penulis hingga mampu berada pada titik ini. Terima kasih atas segala cinta, ketulusan, serta pengorbanan yang telah diberikan.

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”
(QS. Al-Baqarah: 286)

“Tidak ada mimpi yang terlalu tinggi dan tidak ada mimpi yang patut diremehkan.
Lambungkan setinggi yang kau inginkan dan gapailah dengan selayaknya yang
kau harapkan.”

Maudy Ayunda

“Let your dreams be bigger than your fears.”

UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
SKRIPSI, JULI 2026

ILYA NUR FADHILAH
CKR0220162

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI DI DESA SAGARAHANG KECAMATAN DARMA
KABUPATEN KUNINGAN**

Xiv+ 80 halaman+ 15 tabel+ 3 gambar+ 10 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan masalah kesehatan kardiovaskular global dengan prevalensi yang terus meningkat, mencapai 34,1% pada tingkat nasional dan mendominasi angka kesakitan di wilayah rural. Di Desa Sagahariang, pergeseran gaya hidup memicu tingginya faktor risiko lokal. Penelitian ini bertujuan menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi di Desa Sagahariang Tahun 2026.

Metode: Penelitian kuantitatif dengan desain korelasional menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Sampel dipilih melalui teknik *random sampling* sebanyak 95 penderita hipertensi. Instrumen data menggunakan kuesioner harian, kuesioner GPAQ, dan pengukuran tensimeter digital. Analisis data menggunakan uji statistik korelasi *Rank Spearman* ($\alpha=0,05$).

Hasil: Analisis univariat menunjukkan mayoritas responden memiliki konsumsi UPF tinggi (63,2%), perokok sedang (35,8%), aktivitas fisik tinggi (42,1%), istirahat kurang baik (61,1%), dan didominasi oleh hipertensi derajat 1 (43,2%). Hasil uji bivariat membuktikan adanya hubungan signifikan antara kejadian hipertensi dengan konsumsi UPF ($p=0,000$; $r=0,493$), perilaku merokok ($p=0,002$; $r=0,317$), aktivitas fisik ($p=0,002$; $r=0,312$), dan kualitas tidur ($p=0,000$; $r=0,548$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan signifikan berkorelasi positif antara konsumsi UPF, perilaku merokok, aktivitas fisik okupasional, dan kualitas tidur yang kurang baik dengan peningkatan derajat kejadian hipertensi di Desa Sagahariang.

Kata Kunci: Aktivitas Fisik, Hipertensi, Istirahat, Merokok, *Ultra-Processed Foods*

Kepustakaan: 7 buku (2018–2025), 47 jurnal (2020–2025)

**BHAKTI HUSADA INDONESIA UNIVERSITY
BACHELOR OF NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
THESIS, JULY 2026**

**ILYA NUR FADHILAH
CKR0220162**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN FACTORS AND THE INCIDENCE OF
HYPERTENSION IN SAGARAHANG DARMA SUBDISTRICT KUNINGAN
REGENCY**

xiv + 80 pages; 15 tables; 3 figures; 10 appendices

ABSTRACT

Background: Hypertension is a global cardiovascular health issue with a continuously increasing prevalence, reaching 34.1% nationally and dominating morbidity rates in rural areas. In Sagahariang Village, lifestyle shifts have triggered high local risk factors. This study aims to analyze the relationship between factors (consumption of ultra-processed foods [UPF], smoking, physical activity, rest) and the incidence of hypertension in Sagahariang Village in 2026.

Methods: This quantitative study applied a correlational design with a cross-sectional approach. Samples were selected using a random sampling technique, involving 95 respondents with hypertension. Data were analyzed using the Rank Spearman correlation statistical test ($\alpha=0.05$).

Results: Univariate analysis showed that the majority of respondents had high UPF consumption (63.2%), were moderate smokers (35.8%), had high physical activity (42.1%), poor rest habits (61.1%), and were dominated by stage 1 hypertension (43.2%). Bivariate test results proved a significant relationship between the incidence of hypertension and UPF consumption ($p=0.000$; $r=0.493$), smoking behavior ($p=0.002$; $r=0.317$), physical activity ($p=0.002$; $r=0.312$), and rest habits ($p=0.000$; $r=0.548$).

Conclusion: There is a significant, positively correlated relationship between UPF consumption, smoking behavior, occupational physical activity, and poor rest habits with the increased stage of hypertension in Sagahariang Village.

Keywords: Hypertension, Merokok, Physical Activity, Rest, Ultra-Processed Foods

References: 7 books (2018–2025), 47 journals (2020–2025)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyusun skripsi dengan judul “Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi di Desa Sagahariang Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan”. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari banyak mengalami kesulitan dan hambatan. Namun dengan bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Maka dalam kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang tidak terhingga kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes., AIFO, selaku Ketua Yayasan Pendidikan Bhakti Husada Kuningan
2. Dr. H. Abdal Rohim, S.Kp., MH, selaku Rektor Universitas Bhakti Husada Indonesia.
3. Ns. Heri Hermansyah, S.Kep., M.KM, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia.
4. Ns. Neneng Aria Nengsih, S.Kep., M.Kep, selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Bhakti Husada Indonesia.
5. Ns. Yana Hendriana, S.Kep.,M.Kep selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, memberikan motivasi, arahan dan bimbingan serta masukan yang berguna bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ns. Lia Mulyati, S.Kep.,M.Kep selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, memberikan motivasi, arahan dan bimbingan serta masukan yang berguna bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini.

7. Ns.Andi Sutandi,S.Kep.,M.Kep selaku penguji yang telah menyempurnakan skripsi ini.
8. Teristimewa untuk kedua orang tua tercinta, Bapak Wawan Muhendar dan Mama Juju yang telah membesarkan penulis hingga saat ini. Terima kasih selalu mendoakan yang terbaik dan memberi dukungan moril maupun material.
9. Kepada keluarga tercinta, terima kasih karena selalu menjadi tempat pulang, tempat bertumbuh, dan tempat penulis menemukan kekuatan untuk terus melangkah.
10. Kepada teman-teman seperjuangan penulis, Sobat Otan, terima kasih atas kebersamaan, dukungan, dan semangat yang telah diberikan selama perjalanan perkuliahan hingga penyelesaian skripsi ini. Semoga kita selalu diberikan kesuksesan di setiap langkah ke depan.
11. Terakhir, teruntuk diri saya sendiri. Ilya Nur Fadhilah. Terima kasih sudah bertahan sejauh ini, terima kasih tetap memilih berusaha dan merayakan dirimu sendiri sampai titik ini. Terima kasih karena memutuskan untuk tidak menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dan telah menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan untuk diri sendiri. Berbahagialah selalu dimanapun berada, Ilya. Adapun kurang dan lebihmu mari merayakan diri sendiri.

Dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan dan kesalahan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk menyempurnakan penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat

bagi semua pihak, khususnya bagi penulis dan para pembaca pada umumnya.
Amiin.

Kuningan, Juli 2026

ILYA NUR FADHILAH

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.5 Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Hipertensi	11

2.2 Makanan <i>Ultra-Processed Foods</i>	17
2.3 Hubungan Konsumsi Makanan Ultra Processed Foods dengan Kejadian Hipertensi	24
2.4. Konsep Perilaku Merokok.....	28
2.5 Konsep Aktivitas Fisik.....	33
2.6 Konsep Kualitas tidur.....	37
2.7 Kerangka Teori.....	42
BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL, DAN HIPOTESIS	40
3.1 Kerangka Konsep	40
3.2 Definisi Operasional.....	41
3.3 Hipotesis.....	42
BAB IV METODE PENELITIAN	44
4.1 Jenis dan Desain Penelitian.....	44
4.2 Variabel Penelitian.....	44
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian	45
4.4 Instrumen Penelitian	47
4.5 Teknik Pengumpulan Data.....	51
4.6 Pengolahan dan Analisis Data	53
4.7 Etika Penelitian	57

4.8 Waktu dan Lokasi Penelitian	58
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	59
5.1 Gambaran Umum Penelitian	59
5.2 Hasil Penelitian	60
5.3 Pembahasan.....	67
5.4 Keterbatasan Penelitian.....	106
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	108
6.1 Simpulan	108
6.2 Saran.....	109
DAFTAR PUSTAKA	111

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi.....	12
Tabel 3.1 Definisi Operasional	41
Tabel 4.1 Uji Validitas Kuesioner Konsumsi <i>Ultra Processed Foods</i>	49
Tabel 4.2 Uji Validitas Kuesionerkualitas tidur.....	50
Tabel 4.3 Hasil Reliabilitas <i>Ultra Processed Foods</i>	51
Tabel 4.4 Hasil Reliabilitaskualitas tidur	51
Tabel 4.5 Interpretasi Data.....	56
Tabel 4.6 Koefisien Korelasi.....	57
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Konsumsi Makanan <i>Ultra-Processed Foods</i> Penderita Hipertensi di Desa Sagahariang Tahun 2026.....	60
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Perilaku Merokok Penderita Hipertensi Di Desa Sagahariang Tahun 2026	60
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Gambaran Aktivitas Fisik Penderita Hipertensi Di Desa Sagahariang Tahun 2026.....	61
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Gambarankualitas tidur Penderita Hipertensi Di Desa Sagahariang Tahun 2026.....	61
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Kejadian Hipertensi Di Desa Sagahariang Tahun 2026.....	62
Tabel 5.6 Hubungan Antara Konsumsi Makanan <i>Ultra-Processed Foods</i> Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Sagahariang Tahun 2026. ..	62
Tabel 5.7 Hubungan Antara Perilaku Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Sagahariang Tahun 2026.	64
Tabel 5.8 Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Sagahariang Tahun 2026.....	65
Tabel 5.9 Hubungan Antarakualitas tidur Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Sagahariang Tahun 2026.	66

DAFTAR BAGAN

Gambar 2.1	Kerangka Teori.....	39
Gambar 3.1	Kerangka Konsep	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Penelitian	117
Lampiran 2 Surat Izin Mencari Data Dinas Kesehatan Kuningan.....	118
Lampiran 3 Surat Izin Mencari Data Puskesmas Darma	119
Lampiran 4 Surat Izin KESBANGPOL	120
Lampiran 5 Surat Izin Studi Pendahuluan	121
Lampiran 6 Surat Izin Uji Validitas	122
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian.....	123
Lampiran 8 Surat Permohonan Menjadi Responden	124
Lampiran 9 Lembar <i>Informed Consent</i>	125
Lampiran 10 Kuesioner.....	126
Lampiran 11 Output SPSS	132
Lampiran 12 Dikumentasi.....	136
Lampiran 13 Riwayat Hidup.....	137