

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS DIPONEGORO

AZALIA MUTIARA TRIMENDA-25000121140297
2025-SKRIPSI

Pendahuluan: Hipertensi ialah kondisi meningkatkan tekanan darah secara tidak normal, di mana ditandai dengan nilai sistolik > 140 mmHg sekaligus diastolik > 90 mmHg. Hipertensi ialah penyebab utama kematian di dunia, serta prevalensinya terus meningkat. Mahasiswa, khususnya pada tingkat akhir, ialah kelompok yang kerap mengalami tekanan fisik sekaligus psikologis. Penelitian ini bermaksud guna menganalisis hubungan antara kualitas tidur, tingkat stres, aktivitas fisik, status gizi (IMT), serta riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi pada mahasiswa tingkat akhir. **Metode:** penelitian ini memakai metode observasional analitik dengan desain studi *cross-sectional* dan jenis penelitian kuantitatif. Sampelnya berjumlah 200 responden mahasiswa tingkat akhir Universitas Diponegoro. Sampel didapat dengan teknik *accidental sampling*. Data dikumpulkan dengan kuesioner PSQI (kualitas tidur), PSS (tingkat stres), dan IPAQ (aktivitas fisik), serta pengukuran tekanan darah. Analisis data dilaksanakan secara kuantitatif dengan uji chi-square. **Hasil:** Sebagian besar mahasiswa mempunyai kualitas tidur buruk (42,1%) dan tingkat stres tinggi (23,7%). Hasil uji bivariat memperlihatkan ada hubungan antara riwayat keluarga ($p=0,032 < 0,05$), kualitas tidur ($p=0,020 < 0,05$) dan tingkat stres ($p=0,030 < 0,05$). **Simpulan:** Faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Diponegoro ialah kualitas tidur, tingkat stres, dan riwayat hipertensi keluarga.

Kata kunci: hipertensi; kualitas tidur; stres; aktivitas fisik; IMT; riwayat keluarga