

ABSTRAK

Rifda Amirah, 2024. Hubungan Asupan Lemak dan Kebiasaan Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien Prolanis di Wilayah Kerja Puskesmas Bululawang Kabupaten Malang. Karya Tulis ilmiah. Program Studi Diploma 3 Gizi Jurusan Gizi. Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. **Pembimbing : Endang Widajati, SST., M.Kes., RD.**

Hipertensi merupakan kondisi terjadinya peningkatan tekanan darah secara kronis yang dapat terjadi karena jantung bekerja lebih keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh. Hipertensi tidak memiliki gejala spesifik, dapat menyerang segala kelompok usia, dan dapat menyerang kapan saja. Hipertensi dapat terjadi karena beberapa faktor, diantaranya yaitu usia, jenis kelamin, faktor keturunan, asupan natrium, asupan lemak, obesitas, stres, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, dan kurangnya aktifitas fisik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan asupan lemak dan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada pasien prolanis di Wilayah Kerja Puskesmas Bululawang Kabupaten Malang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional. Penelitian ini melibatkan 67 responden. Data yang diteliti meliputi data asupan lemak yang diperoleh dari wawancara dengan menggunakan formulir food recall 24 jam, data kebiasaan merokok yang diperoleh dari wawancara dengan menggunakan kuesioner kebiasaan merokok, dan data tekanan darah menggunakan pengukuran langsung dengan alat sphygmomanometer. Analisis antar variabel menggunakan uji *Chi Square*. Hasil distribusi karakteristik responden bahwa mayoritas tekanan darah responden dengan hipertensi stage 1 (50,7%), asupan lemak lebih (39%), dan kebiasaan merokok sedang (26,9%). Hasil analisis uji hubungan menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara asupan lemak dengan kejadian hipertensi ($p=0,002$). Terdapat hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi ($p=0.003$).

Kata Kunci : Asupan lemak, Kebiasaan merokok, Kejadian Hipertensi.