

## ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat, termasuk pada kelompok lanjut usia (lansia). Faktor gaya hidup memiliki peran penting dalam memengaruhi risiko terjadinya hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Merdeka tahun 2025. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan metode deskriptif korelasi dan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah seluruh lansia yang berkunjung ke Puskesmas Merdeka selama Januari–Desember 2024 sebanyak 125 orang, dengan jumlah sampel 55 responden yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan pengukuran tekanan darah, kemudian dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman's rho dengan  $\alpha = 0,05$ . Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara aktivitas fisik ( $p = 0,046$ ;  $r = -0,270$ ), pola makan ( $p = 0,029$ ;  $r = 0,295$ ), kebiasaan istirahat/tidur ( $p = 0,007$ ;  $r = 0,361$ ), dan paparan pestisida ( $p = 0,009$ ;  $r = -0,351$ ) dengan kejadian hipertensi pada lansia. Tidak terdapat hubungan signifikan antara riwayat merokok dengan kejadian hipertensi ( $p = 0,057$ ;  $r = -0,258$ ). Selain itu, riwayat keluarga hipertensi juga berhubungan signifikan dengan kejadian hipertensi ( $p = 0,000$ ;  $r = 0,512$ ). Kesimpulan penelitian ini adalah sebagian besar komponen gaya hidup, khususnya aktivitas fisik, pola makan, kebiasaan istirahat, paparan pestisida, dan riwayat keluarga memiliki hubungan signifikan dengan kejadian hipertensi pada lansia. Disarankan kepada lansia untuk menerapkan pola hidup sehat sebagai upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi.

**Kata Kunci :** gaya hidup, hipertensi, lansia, Puskesmas Merdeka