

ABSTRAK

Perubahan gaya hidup modern sangat berpengaruh terhadap kekambuhan penyakit hipertensi, seperti merokok, minum alkohol, pola makan dan kurang aktifitas seperti olahraga serta kurang istirahat. Tujuan penelitian mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan hipertensi dengan gaya hidup lansia di desa simowau RT 04 RW 04 kelurahan sepanjang.

Desain penelitian *analitik* pendekatan *cross sectional*. Populasi sebagian warga lansia di desa Simowau RT 04 RW 04 kelurahan Sepanjang sebanyak 41 orang lansia, besar sampel 36, teknik *simple random sampling*. Variabel *independen* tingkat pengetahuan hipertensi dan variabel *dependen* gaya hidup lansia. Instrumen menggunakan kuesioner. Uji statistik *mann whitney* tingkat kemaknaan ($\alpha = 0,05$).

Hasil penelitian dari 36 responden sebagian besar (58,3%) lansia menunjukkan tingkat pengetahuan kurang dan sebagian besar (69,4%) responden menunjukkan gaya hidup tidak sehat. Hasil uji *mann whitney* $=0,009$ artinya ada hubungan antara tingkat pengetahuan hipertensi lansia dengan gaya hidup lansia di Desa Simowau RT 04 RW 04 kelurahan Sepanjang.

Simpulan penelitian yaitu tingkat pengetahuan yang kurang pada lansia ditunjukkan gaya hidup tidak sehat. Diharapkan lansia melakukan konseling dengan petugas kesehatan dan menggali wawasan melalui sumber informasi tentang gaya hidup sehat.

Kata kunci : Pengetahuan, Hipertensi, Gaya Hidup