

## ABSTRACT

Hypertension is called as the silent disease or the silent killer and accounts for 45% of deaths due to heart and 51% of deaths due to stroke. Increasing the prevalence of hypertension is increasing in patients aged 60 years and over or elderly, but now it is more often found the incidence of hypertension at a relatively younger age. Children or adolescents with blood pressure that exceeds normal limits can be at greater risk for becoming cardiovascular diseases such as coronary heart disease, kidney failure, and stroke in adulthood/elderly. This study aims to analyze the factors that influence hypertension in adolescents.

This study uses a literature study design to review, evaluate, and analyze all research on the same topic. The selected study approved 21 journals that research conducted in Asia-Pacific region and had met the inclusion and exclusion criteria that had been set previously. The independent variables of this study are physical activity, salt/sodium consumption, stress, smoking habits, sleep quality, consumption of fast food/junk food and Body Mass Index (BMI). The dependent variable of this study is hypertension in adolescents.

The results of this study indicate that BMI participation was the most widely discussed in selected journals and 15 of the 16 journals that were approved showed an association with hypertension in adolescents.

In this study, physical activity, salt/sodium consumption, sleep quality, and Body Mass Index (BMI) are associated with hypertension in adolescents, while smoking, stress, and junk food consumption are unrelated. Adolescents are expected to improve their diet and lifestyle, manage their weight in the normal category, and check their blood pressure regularly to reduce the risk of hypertension and its complications.

Keywords: hypertension, adolescents, and Asia-Pacific.

## ABSTRAK

Hipertensi dijuluki sebagai *the silent disease* atau *the silent killer* dan berkontribusi setidaknya 45% kematian akibat jantung dan 51% kematian akibat stroke. Umumnya prevalensi hipertensi mengalami peningkatan yang signifikan pada pasien usia 60 tahun ke atas atau lanjut usia, namun belakangan ini mulai sering mendapati kejadian hipertensi di usia yang relatif lebih muda. Anak-anak atau remaja yang tekanan darah melebihi batas normal dapat berisiko lebih besar untuk menjadi penyakit kardiovaskular seperti penyakit jantung koroner, gagal ginjal, dan stroke di masa dewasa/lanjut usia. Penelitian bertujuan menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi hipertensi pada remaja.

Penelitian ini menggunakan desain studi literatur. Penelitian yang terpilih berjumlah 21 jurnal yang penelitiannya dilakukan di wilayah Asia-Pasifik dan telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan sebelumnya. Variabel independen penelitian ini yaitu aktivitas fisik, konsumsi natrium/garam, stres, kebiasaan merokok, kualitas tidur, konsumsi *fast food/junk food* dan Indeks Massa Tubuh (IMT) sedangkan variabel dependen penelitian ini adalah hipertensi pada remaja.

Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas IMT yang paling banyak dibahas dalam jurnal terpilih dan 15 dari 16 jurnal diantaranya menunjukkan adanya hubungan dengan hipertensi pada remaja.

Pada penelitian ini, variabel aktivitas fisik, konsumsi garam/natrium, kualitas tidur, dan Indeks Massa Tubuh (IMT) berhubungan dengan hipertensi pada remaja, sedangkan kebiasaan merokok, stres, dan konsumsi *fast/junk food* tidak menunjukkan hubungan. Remaja diharapkan dapat memperbaiki pola makan dan pola hidup, menjaga berat badan dalam kategori normal, serta memeriksakan tekanan darah secara rutin untuk mengurangi risiko mengalami hipertensi beserta komplikasinya.

Kata kunci: hipertensi, remaja, Asia-Pasifik.