

ABSTRAK

Pah Milia Puteri. Gambaran Aktivitas Fisik Dan Pengetahuan Mengenai Faktor Risiko Penyakit Jantung Koroner Pada Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Riau dibimbing oleh Fitri, SP, MKM dan Irma Susan Paramita, S.Gz, M.Kes.

Pada tahun 2023, Menurut Status Kesehatan Indonesia prevalensi penyakit jantung di Indonesia usia 15-24 tahun sebesar 0,11%. Kondisi penyumbatan atau penyempitan di dinding arteri koroner ini karena ada endapan lemak atau kolesterol. Penyebabnya yaitu perubahan pola hidup, pola makan, dan stres. Sumbatan atau endapan lemak yang secara bertahap menumpuk di dinding arteri, proses pengendapan ini disebut aterosklerosis. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui Gambaran Aktivitas Fisik Dan Pengetahuan Mengenai Faktor Risiko Penyakit Jantung Koroner Pada Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Riau. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode cross sectional. Teknik pengambilan sampel yaitu *accidental sampling*. Sampel dari penelitian sebanyak 91 orang. Analisis data penelitian dilakukan secara deskriptif. Dari hasil penelitian ditemukan bahwa aktivitas fisik responden rata – rata presentase terbesar katagori ringan (98,9%). Untuk hasil penelitian terkait pengetahuan responden menunjukkan bahwa persentase terbesar adalah katagori baik (91,1%).

Kata kunci : Aktivitas fisik Dan Pengetahuan

ABSTRACT

Pah Milia Puteri. Description of Physical Activity and Knowledge Regarding Risk Factors for Coronary Heart Disease in Riau Ministry of Health Polytechnic Students guided by Fitri, SP, MKM and Irma Susan Paramita, S.Gz, M.Kes.

In 2023, according to the Indonesian Health Status, the prevalence of heart disease in Indonesia aged 15-24 years will be 0.11%. This condition of blockage or narrowing in the walls of the coronary arteries is due to fat or cholesterol deposits. The causes are changes in lifestyle, diet and stress. Blockages or fatty deposits that gradually accumulate on the walls of the arteries, this deposition process is called atherosclerosis. The aim of this research is to determine the description of physical activity and knowledge regarding risk factors for coronary heart disease among students at the Riau Ministry of Health Polytechnic. This research is a quantitative descriptive study with a cross sectional method. The sampling technique is accidental sampling. The sample from the study was 91 people. Research data analysis was carried out descriptively. From the research results it was found that the average percentage of respondents' physical activity was in the light category (98.9%). Research results related to respondents' knowledge show that the largest percentage is in the good category (91.1%).

Keywords: Physical activity and knowledge