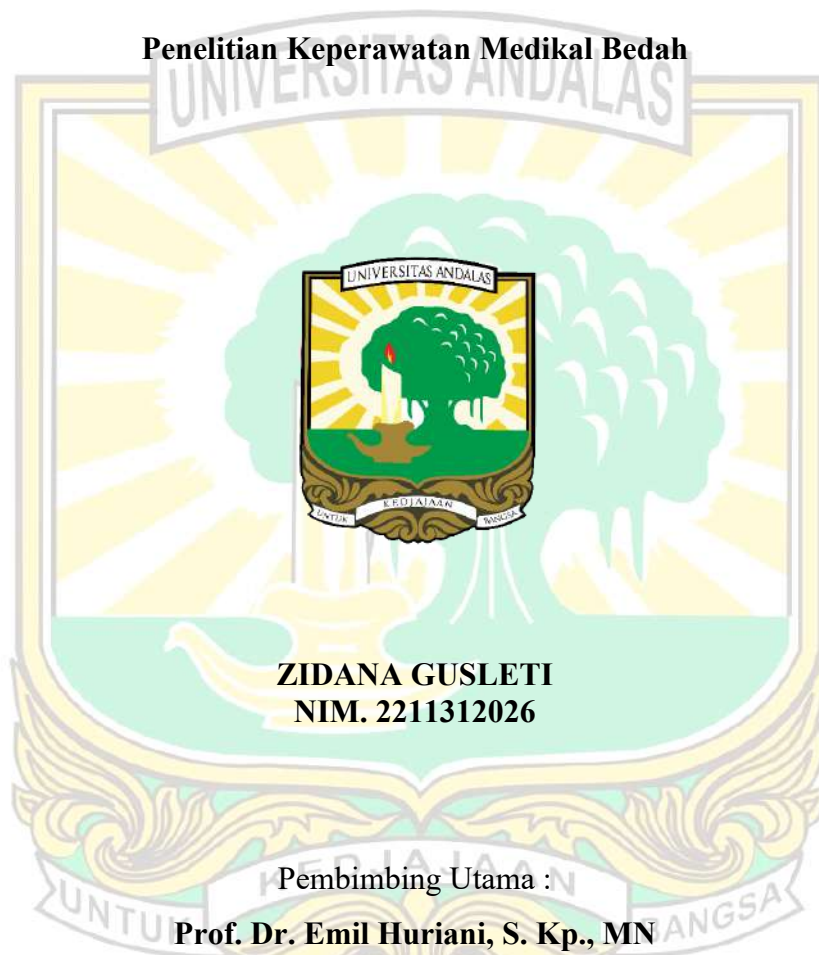


SKRIPSI

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN BEBAN KERJA DENGAN RISIKO
PENYAKIT JANTUNG KORONER PADA GURU SMP NEGERI DI
BATUSANGKAR**

Penelitian Keperawatan Medikal Bedah



**ZIDANA GUSLETI
NIM. 2211312026**

Pembimbing Utama :

Prof. Dr. Emil Huriani, S. Kp., MN

Pembimbing Pendamping :

Ns. Rahmi Muthia, M. Kep

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
JANUARI 2026**

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
SKRIPSI, Januari 2026
Nama : Zidana Gusleti
NIM : 2211312026

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN BEBAN KERJA DENGAN RISIKO PENYAKIT JANTUNG KORONER PADA GURU SMP NEGERI

DI BATUSANGKAR

ABSTRAK

Penyakit jantung koroner (PJK) merupakan salah satu masalah kesehatan kardiovaskular yang berkaitan dengan berbagai faktor risiko, termasuk aktivitas fisik dan beban kerja. Profesi guru memiliki karakteristik beban kerja fisik dan mental serta tingkat aktivitas fisik yang berkontribusi dalam meningkatkan risiko penyakit jantung koroner. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara aktivitas fisik dan beban kerja dengan risiko penyakit jantung koroner pada responden. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan pada guru yang bekerja di tiga SMP Negeri dengan sampel 85, dan teknik pengambilan sampel *convenience sampling*. Penelitian ini menggunakan tiga instrument, yaitu *International Physical Activity Questionnaire–Short Form* (IPAQ-SF), *NASA Task Load Index* (NASA-TLX), dan *Jakarta Cardiovascular Score* (JAKVAS). Hasil studi menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori risiko PJK rendah (61,2%), tingkat aktivitas fisik didominasi kategori sedang (55,3%), dan beban kerja guru sebagian besar berada pada kategori tinggi (76,5%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji somers'd menunjukkan nilai $p = 0,832$ ($p > 0,05$) pada hubungan antara aktivitas fisik dengan risiko PJK dan nilai $p = 0,868$ ($p > 0,05$) pada hubungan antara beban kerja dengan risiko PJK. Temuan ini menunjukkan bahwa hubungan antara aktivitas fisik dan beban kerja dengan risiko PJK pada guru belum menunjukkan signifikansi secara statistik. Namun, secara teoritis, aktivitas fisik dan beban kerja tetap dikaitkan terhadap kesehatan kardiovaskular

Kata Kunci: aktivitas fisik, beban kerja, risiko penyakit jantung koroner, guru

Daftar Pustaka: 89 (1988 -2025)

FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
SKRIPSI, January 2026
Name : Zidana Gusleti
Registered Number: 2211312026

*THE ASSOCIATION BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY AND WORKLOAD WITH
THE RISK OF CORONARY HEART DISEASE AMONG PUBLIC JUNIOR HIGH
SCHOOL TEACHERS IN BATUSANGKAR*

ABSTRACT

Coronary heart disease (CHD) is one of the major cardiovascular health problems associated with various risk factors, including physical activity and workload. The teaching profession is characterized by physical and mental workload as well as specific patterns of physical activity that may contribute to an increased risk of coronary heart disease. This study aimed to analyze the relationship between physical activity and workload with the risk of coronary heart disease among teachers. This study employed a quantitative approach with a correlational design using a cross-sectional method. The study was conducted among teachers working in three public junior high schools, with a total sample of 85 respondents selected using a convenience sampling technique. Data were collected using the International Physical Activity Questionnaire Short Form (IPAQ-SF), the NASA Task Load Index (NASA-TLX), and the Jakarta Cardiovascular Score (JAKVAS). The results showed that most respondents were in the low-risk category for coronary heart disease (61.2%), physical activity levels were predominantly moderate (55.3%), and workload was mostly classified as high (76.5%). Statistical analysis using Somers' d revealed p-values of 0.832 ($p > 0.05$) for the relationship between physical activity and coronary heart disease risk and 0.868 ($p > 0.05$) for the relationship between workload and coronary heart disease risk. These findings indicate that the relationships between physical activity, workload, and coronary heart disease risk among teachers did not reach statistical significance. However, from a theoretical perspective, physical activity and workload remain factors associated with cardiovascular health.

Keywords : physical activity, workload, risk of coronary heart disease, teachers

References: 89 (1988–2025)