

SKRIPSI

**HUBUNGAN GAYA HIDUP *SEDENTARY* DENGAN RISIKO PENYAKIT
JANTUNG KORONER PADA MAHASISWA DI UNIVERSITAS
ANDALAS**

Penelitian Keperawatan Medikal Bedah



**HILWA SALSABILAH
NIM. 2211313038**

Pembimbing Utama:

Prof. Dr. Emil Huriani, S.Kp., M.N

Pembimbing Pendamping:

Ns. Dewi Murni, S.Kep., M.Kep.

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

2026

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
JUNI, 2026**

Nama : Hilwa Salsabilah
NIM : 2211313038

**Hubungan Gaya Hidup *Sedentary* dengan Risiko Penyakit Jantung Koroner
pada Mahasiswa Universitas Andalas**

ABSTRAK

Tingginya penggunaan perangkat digital dan aktivitas akademik menyebabkan mahasiswa cenderung menghabiskan banyak waktu dalam perilaku *sedentary*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan gaya hidup *sedentary* dengan risiko penyakit jantung koroner pada mahasiswa Universitas Andalas. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non-eksperimental dengan desain analitik korelasi dan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 100 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan *Sedentary Behaviour Questionnaire* (SBQ) dan *Jakarta Cardiovascular Score* (JCS). Data dianalisis menggunakan uji *Fisher's Exact Test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki gaya hidup *sedentary* yang tinggi. Mayoritas responden berada pada kategori risiko penyakit jantung koroner rendah (89%). Hasil uji *Fisher's Exact Test* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara gaya hidup *sedentary* dengan risiko penyakit jantung koroner pada mahasiswa Universitas Andalas ($p=0,495$). Perawat dan institusi pendidikan diharapkan dapat meningkatkan upaya promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan serta promosi gaya hidup aktif guna menjaga kesehatan kardiovaskular dan mencegah munculnya faktor risiko penyakit jantung koroner pada mahasiswa.

Kata Kunci : Gaya Hidup *Sedentary*, Penyakit Jantung Koroner, Mahasiswa

Daftar Pustaka: 90 (2002-2026)

**FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
JUNE, 2026**

Name : Hilwa Salsabilah
Student ID : 2211313038

***The Relationship Between Sedentary Lifestyle and Coronary Heart Disease
Risk Among Students at Andalas University***

ABSTRACT

Sedentary lifestyle is one of the risk factors that may affect cardiovascular health and potentially increase the risk of coronary heart disease. The increased use of digital devices and academic demands cause university students to spend a considerable amount of time engaging in sedentary behaviors. This study aimed to determine the relationship between sedentary lifestyle and the risk of coronary heart disease among students at Universitas Andalas. This study used a quantitative non-experimental method with a correlational analytic design and a cross-sectional approach. A total of 100 students were selected used proportionate stratified random sampling. Data were collected using the Sedentary Behaviour Questionnaire (SBQ) and the Jakarta Cardiovascular Score (JCS). Data were analyzed used Fisher's Exact Test. The results showed that students had a high level of sedentary lifestyle. Most respondents were categorized as having a low risk of coronary heart disease (89%). The results of Fisher's Exact Test indicated that there was no relationship between sedentary lifestyle and the risk of coronary heart disease among students at Universitas Andalas ($p = 0.495$). Nurses and educational institutions are expected to strengthen promotive and preventive efforts through health education and the promotion of active lifestyles to maintain cardiovascular health and prevent the development of coronary heart disease risk factors among university students.

Keywords : *Sedentary Lifestyle, Coronary Heart Disease, University Student*

Bibliography : *90 (2002-2026)*