

INTISARI

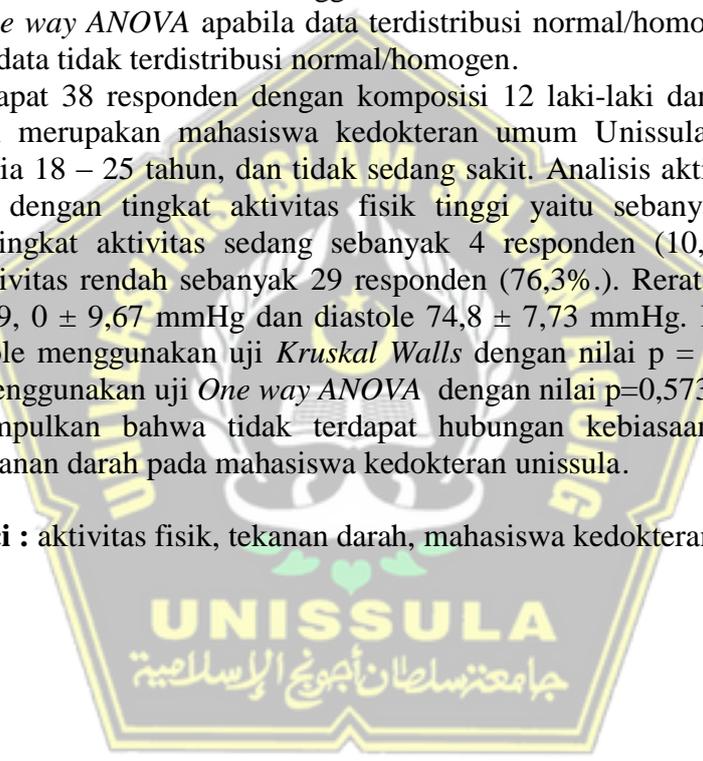
Aktivitas fisik adalah kegiatan yang dilakukan dengan terstruktur dan terencana yang bertujuan untuk mendapatkan kesehatan jasmani, seseorang yang kurang melakukan aktivitas fisik dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aktivitas fisik terhadap tekanan darah.

Penelitian ini termasuk penelitian analitik observasional dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Aktivitas fisik diukur memakai kuesioner IPAQ, yang mengkategorikan aktivitas fisik yaitu aktivitas fisik rendah, sedang dan tinggi. Untuk tekanan darah diukur menggunakan tensimeter manual. Data dianalisis dengan *One way ANOVA* apabila data terdistribusi normal/homogen dan *Kruskal Walls* jika data tidak terdistribusi normal/homogen.

Terdapat 38 responden dengan komposisi 12 laki-laki dan 26 perempuan. Responden merupakan mahasiswa kedokteran umum Unissula angkatan 2018 yang berusia 18 – 25 tahun, dan tidak sedang sakit. Analisis aktivitas fisik untuk responden dengan tingkat aktivitas fisik tinggi yaitu sebanyak 5 responden (13,2%), tingkat aktivitas sedang sebanyak 4 responden (10,5%), sedangkan tingkat aktivitas rendah sebanyak 29 responden (76,3%). Rerata tekanan sistole sebesar $109,0 \pm 9,67$ mmHg dan diastole $74,8 \pm 7,73$ mmHg. Hasil uji analisis untuk sistole menggunakan uji *Kruskal Walls* dengan nilai $p = 0,777$ dan untuk diastole menggunakan uji *One way ANOVA* dengan nilai $p=0,573$.

Disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan kebiasaan aktivitas fisik dengan tekanan darah pada mahasiswa kedokteran unissula.

Kata kunci : aktivitas fisik, tekanan darah, mahasiswa kedokteran



UNISSULA
جامعة سلطان أبجوج الإسلامية