

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

Tugas Akhir, Desember 2025

ABDULLAH SYAMIL BASAYEV, NIM 2210211042

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, KEBIASAAN MEROKOK, POLA KONSUMSI GARAM, POLA KONSUMSI LEMAK, DAN RIWAYAT HIPERTENSI KELUARGA TERHADAP TEKANAN DARAH MAHASISWA FEB UPNVJ**

RINCIAN HALAMAN (xiv + 94 halaman, 10 tabel, 4 gambar, 9 lampiran)

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Prevalensi hipertensi pada usia muda terus meningkat seiring perubahan gaya hidup tidak sehat, sementara penelitian pada mahasiswa non-kesehatan masih terbatas. Data pemeriksaan kesehatan UPNVJ tahun 2024 menunjukkan 33,7% mahasiswa baru Fakultas Ekonomi dan Bisnis teridentifikasi memiliki hipertensi.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan aktivitas fisik, kebiasaan merokok, pola konsumsi garam dan lemak, serta riwayat hipertensi keluarga terhadap tekanan darah mahasiswa FEB UPNVJ.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dengan pendekatan kuantitatif observasional pada 66 mahasiswa aktif angkatan 2024 yang dipilih melalui simple random sampling. Pengumpulan data dilakukan pada Oktober–November 2025 menggunakan sphygmomanometer digital, IPAQ, Indeks Brinkman, CDS-12, dan FFQ termodifikasi. Analisis data dilakukan menggunakan uji chi-square dan regresi logistik berganda dengan tingkat signifikansi  $p < 0,05$ .

**Hasil:** Prevalensi prehipertensi sebesar 47% dan hipertensi 10,6%, dengan proporsi tekanan darah abnormal lebih tinggi pada responden laki-laki. Analisis bivariat menunjukkan kebiasaan merokok berhubungan signifikan dengan tekanan darah ( $p=0,034$ ), sedangkan variabel lainnya tidak menunjukkan hubungan bermakna. Analisis multivariat mengidentifikasi kebiasaan merokok sebagai faktor risiko dominan ( $p=0,040$ ; OR=0,270; CI 95%: 0,077–0,950).

**Simpulan dan Saran:** Kebiasaan merokok merupakan faktor risiko utama hipertensi pada mahasiswa. Diperlukan upaya skrining tekanan darah secara berkala, penguatan kebijakan kampus bebas asap rokok, serta penelitian lanjutan dengan desain prospektif.

**Daftar Pustaka :** 150

**Kata Kunci :** Aktivitas fisik, hipertensi, kebiasaan merokok, mahasiswa, pola konsumsi

**FACULTY OF MEDICINE  
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA**

Undergraduate Thesis, December 2025

Abdullah Syamil Basayev, NIM 2210211042

***THE RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY, SMOKING HABITS,  
SALT INTAKE PATTERNS, FAT INTAKE PATTERNS, AND FAMILY HISTORY  
OF HYPERTENSION ON BLOOD PRESSURE AMONG BUSINESS STUDENTS  
OF UPNVJ***

PAGE DETAIL (xiv + 94 pages, 10 tables, 4 pictures, 9 appendices)

**ABSTRACT**

**Background:** *The prevalence of hypertension among young adults has increased due to unhealthy lifestyle changes, while research among non-health students remains limited. Health examination data from UPNVJ in 2024 showed that 33.7% of newly enrolled students at the Faculty of Economics and Business had hypertension.*

**Objective:** *This study analyzed the association between physical activity, smoking, salt and fat intake, family history of hypertension, and blood pressure among UPNVJ business students..*

**Methods:** *A cross-sectional study was conducted on 66 active students from the 2024 cohort selected by simple random sampling. Data were collected from October to November 2025 using a digital sphygmomanometer, IPAQ, Brinkman Index, CDS-12, and a modified FFQ. Chi-square and multiple logistic regression analyses were performed ( $p < 0.05$ ).*

**Results:** *The prevalence of prehypertension was 47% and hypertension was 10.6%, with a higher proportion of abnormal blood pressure among male students. Smoking habits were significantly associated with blood pressure ( $p = 0.034$ ) and identified as the dominant risk factor in multivariate analysis ( $p = 0.040$ ; OR = 0.270; 95% CI: 0.077–0.950).*

**Conclusion:** *Smoking habits were the main risk factor for hypertension among students, highlighting the need for regular blood pressure screening and strengthened smoke-free campus policies.*

**Reference :** 150

**Keywords :** *College students, consumption patterns, hypertension, physical activity, smoking habits,*