

BAB VII PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai hubungan aktivitas fisik terhadap risiko penyakit kardiovaskular aterosklerosis menggunakan *ASCVD Risk Score* pada pasien di poliklinik penyakit dalam Rumah Sakit Hermina Padang, dapat disimpulkan:

1. Karakteristik pasien rawat jalan di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Hermina Padang:
 - a. Rata-rata usia pasien berada pada usia 40-60 tahun.
 - b. Jenis kelamin perempuan lebih banyak yang berkunjung ke Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Hermina Padang.
 - c. Semua pasien dengan ras *Others*
 - d. Sebagian besar pasien tercatat memiliki tekanan darah dalam kategori normal-tinggi.
 - e. Kadar kolesterol total pada sebagian besar pasien termasuk dalam batas normal.
 - f. Hampir setengah dari pasien memiliki kadar HDL yang berada pada kategori borderline.
 - g. Kadar LDL sebagian besar pasien tergolong optimal.
 - h. Rata-rata responden melaporkan tidak perokok
 - i. Banyak pasien yang memiliki riwayat diabetes melitus.

- j. Sebagian besar pasien sedang menjalani pengobatan hipertensi dan pengobatan statin.
 - k. Sebagian besar pasien tidak menerima pengobatan aspirin.
2. Sebagian besar tingkat aktivitas fisik pasien di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Hermina Padang tergolong sedang.
 3. Nilai skor risiko penyakit kardiovaskular aterosklerosis berdasarkan *ASCVD Risk Score* pada pasien di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Hermina Padang terbanyak berada pada risiko rendah.
 4. Terdapat pengaruh dan hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik terhadap risiko kardiovaskular aterosklerosis menggunakan *ASCVD Risk Score* pada responden.

7.2 Saran

7.2.1 Saran Bagi Masyarakat

Masyarakat dianjurkan untuk rutin melakukan aktivitas fisik dengan intensitas sedang minimal 150 menit per minggu, seperti berjalan cepat atau bersepeda, guna menurunkan risiko penyakit kardiovaskular aterosklerotik. Selain itu, menjaga pola makan sehat, mengurangi perilaku sedentari, berhenti merokok, serta melakukan pemeriksaan kesehatan berkala (tekanan darah, gula darah, dan profil lipid) sangat penting sebagai langkah pencegahan dini.

7.2.2 Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah sampel yang lebih besar dan populasi yang lebih beragam agar hasil dapat digeneralisasikan. Selain aktivitas fisik,

penelitian dapat menambahkan variabel lain yang potensial berhubungan dengan risiko aterosklerosis.

7.2.3 Saran Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan diharapkan aktif memberikan edukasi mengenai pentingnya aktivitas fisik sebagai pencegahan penyakit kardiovaskular. Sementara itu, pembuat kebijakan dapat mendukung dengan menyediakan fasilitas olahraga yang mudah diakses dan terjangkau bagi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Dhea Nurina Hafila, Wisudawan, Sidrah Darma, Nurhikmah, Dahlia. Prevalensi Penyakit Kardiovaskular pada Masa Pandemic Tahun 2020-2021 di RS Arifin Nu'mang Kabupaten Sidrap. *Fakumi Med J J Mhs Kedokt.* 2024;3(10):710–9.
2. Hasanah F, Anggreini D, Sudewi S, Sari N, Sitepu K. Pencegahan Penyakit Kardiovaskuler Bagi Masyarakat. *J Pengabd Masy Tjut Nyak Dhien.* 2024;3(2):64–9.
3. Haldy J, Meily Kurniawidjaja L. Faktor Risiko Penyakit Kardiovaskular pada Pekerja : A Systematic Review. *J Kesehat Masy.* 2024;8(1):47–59.
4. Herrington W, Lacey B, Sherliker P, Armitage J, Lewington S. Epidemiology of Atherosclerosis and the Potential to Reduce the Global Burden of Atherothrombotic Disease. *Circ Res.* 2016;118(4):535–46.
5. Sriyanti D, Nur D, Hanifa C. Gambaran Profil Pengobatan dan Analisis Potensi Interaksi Obat pada Pasien Aterosklerosis di Instalasi Rawat Inap RSUD Abdoel Wahab Sjahranie Samarinda. 2023;
6. PERKI. Panduan Prevensi Penyakit Kardiovaskular Arteriosklerosis. Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia 2022. 2022. 1–23 p.
7. pane et al. Faktor-Faktor Risiko Penyakit Kardivaskular Berbasis Masyarakat. *J Penelit Perawat Prof.* 2022;4(4):1183–92.
8. Rohana S, Alma LR, Yunus M, Wardani HE. Hubungan Life Style dan Stres terhadap Risiko Kardiovaskular pada Persatuan Atletik Master Indonesia (PAMI) Kota Malang. 2024;6(9):1030–9.
9. Tampubolon LF, Ginting A, Saragi Turnip FE. Gambaran Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Penyakit Jantung Koroner (PJK) di Pusat Jantung Terpadu (PJT). *J Ilm Permas J Ilm STIKES Kendal.* 2023;13(3):1043–52.
10. Intermountain Healthcare. Understanding Your ASCVD Risk Score. Corcal Res Study [Internet]. 2019;2019. Available from: https://intermountainhealthcare.org/-/media/files/services/heart-care/ascvd-risk-score_062719_kro.pdf
11. Schmidt-Trucksäss A, Lichtenstein AH, von Känel R. Lifestyle factors as determinants of atherosclerotic cardiovascular health. *Atherosclerosis.* 2024;395(February).
12. Perry AS, Dooley EE, Master H, Spartano NL, Brittain EL, Pettee Gabriel K. Physical Activity Over the Lifecourse and Cardiovascular Disease. *Circ Res.* 2023;132(12):1725–40.
13. Eltidar TR. Pengaruh Latihan Fisik terhadap Sistem Kardiovaskular. *J Med*

Hutama. 2021;03(01):1288–92.

14. Aritonang JP, Widiastuti IAE, Harahap IL. Gambaran Tingkat Aktivitas Fisik Mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Mataram di Masa Pandemi COVID-19. *eJournal Kedokt Indones*. 2022;10(1):58–63.
15. Maulina B, Ulfa A. Peran Intensitas Aktivitas Fisik Sehari-Hari Terhadap Derajat Fungsi Kognitif Pada Lansia. *Ibnu Sina J Kedokt dan Kesehat - Fak Kedokt Univ Islam Sumatera Utara*. 2022;21(1):116–22.
16. Saputra MB, Putra IGP, Udiyani DP. Hubungan Aktivitas Fisik dan Daya Tahan Kardiovaskular Pada Mahasiswa Laki-Laki Tim Bantuan Medis Baswara Pada Angkatan 2018 dan 2019. *Aesculapius Med J*. 2022;2(1):57–62.
17. Al-Mamari A. Atherosclerosis and physical activity. *Oman Med J*. 2009;24(3):173–8.
18. Lin H, Sardana M, Zhang Y, Liu C, Trinquart L, Benjamin EJ, et al. Association of Habitual Physical Activity with Cardiovascular Disease Risk. *Circ Res*. 2020;127(10):1253–60.
19. Florido R, Zhao D, Ndumele CE, Lutsey PL, Mcevoy JW, Windham BG, et al. Physical Activity, Parental History of Premature Coronary Heart Disease, and Incident Atherosclerotic Cardiovascular Disease in the Atherosclerosis Risk in Communities (ARIC) Study. *J Am Heart Assoc*. 2016;5(9):1–11.
20. Puspaseruni K. Tatalaksana Dislipidemia terkait Penyakit Kardiovaskular Aterosklerosis (ASCVD): Fokus pada Penurunan LDL-c. *Cermin Dunia Kedokt*. 2021;48(10):395.
21. Meidayanti D. Manfaat Likopen Dalam Tomat Sebagai Pencegahan Terhadap Timbulnya Aterosklerosis. *J Med Utama*. 2021;02(03):2–6.
22. Strarry HR. Buku Praktis Kardiologi [Internet]. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. 2021. Available from: www.bpfkui.com
23. Perhi. Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi 2019. *Indones Soc Hipertens Indones*. 2019;1–90.
24. Abdimas L. Gambaran kadar gula darah sewaktu dan tingkat pengetahuan masyarakat dusun pimpinga desa baturappe kecamatan biringbulu kabupaten gowa. 2023;4(1):20–8.
25. Kemenkes RI. Pedoman Umum Pengendalian Obesitas. Vol. 1, *Gastronomía ecuatoriana y turismo local*. 2015. 5–24 p.
26. Yu F, Xie Y, Yang J. Analysis of hyperlipidemia risk factors among pilots based on physical examination data: A study using a multilevel propensity score models. *Exp Ther Med*. 2024;28(3).

27. Nurdin A, Yari CE, Sungkono S. Analisis Kadar Profil Lipid Pada Pasien Yang Mengalami Stroke Dan PJK Di RSUD Budhi Asih. *Anakes J Ilm Anal Kesehat*. 2020;6(1):67–76.
28. Pracilia PCS, Nelwan JE, Langi FFL. Hubungan Antara Kebiasaan Merokok Dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner Pada Pasien Yang Berkunjung Di Instalasi Cardiovascular and Brain Centre (Cvbc) Rsup Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *J KESMAS*. 2019;7(4):1–6.
29. Teo KK, Rafiq T. Cardiovascular Risk Factors and Prevention: A Perspective From Developing Countries. *Can J Cardiol*. 2021;37(5):733–43.
30. Melyani M, Tambunan LN, Baringbing EP. Hubungan Usia dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner pada Pasien Rawat Jalan di RSUD dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah. *J Surya Med*. 2023;9(1):119–25.
31. Lintong P. Perkembangan Konsep Patogenesis Aterosklerosis. *J Biomedik*. 2013;1(1).
32. Nafisah S, Novianti Nuril Inayah, Baharuddin Yusuf. Literatur Review: Penyebab Dan Perkembangan Penyakit Jantung Koroner. *J Forum Kesehat Media Publ Kesehat Ilm*. 2024;14(1):27–36.
33. Fitriyani F, Suti S. Hipertensi E.C Stroke Non Hemoragik : Laporan Kasus. *J Ilmu Kedokt dan Kesehat*. 2024;11(3):607–13.
34. Aday AW, Matsushita K. Epidemiology of Peripheral Artery Disease and Polyvascular Disease. *Circ Res*. 2021;128(12):1818–32.
35. Adrian SJ. Diagnosis dan tatalaksana terbaru pada dewasa. *Cdk-274 [Internet]*. 2019;46(3):172–8. Available from: <http://www.cdkjournal.com/index.php/CDK/article/view/503%0A>Diakses pada tanggal 28 oktober 2020
36. KEMENKES RI. Kemenkes hari Diabetes Sedunia tahun 2018. *J Bidan Cerdas [Internet]*. 2018;12(6):420–2. Available from: <https://cdkjournal.com/index.php/cdk/article/view/435/394>
37. Wideasari KR, Wijaya IMK, Suputra PA. Diabetes Melitus Tipe 2: Faktor Risiko, Diagnosis, Dan Tatalaksana. *Ganesha Med*. 2021;1(2):114.
38. Soelistijo S. Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021. *Perkumpulan Endokrinol Indones [Internet]*. 2021;46. Available from: www.ginasthma.org.
39. Saragih AD. Terapi Dislipidemia untuk Mencegah Resiko Penyakit Jantung Koroner. *Indones J Nurs Heal Sci*. 2020;1(1):15–24.
40. Libby P, Ridker PM, Maseri A. Inflammation and atherosclerosis. *Circulation*. 2002;105(9):1135–43.

41. WHO. GLOBAL ACTION PLAN ON PHYSICAL ACTIVITY 2018-2030 MORE ACTIVE PEOPLE FOR A HEALTHIER WORLD. 2018. 1–104 p.
42. Kalapanunggal DSN, Dsn DAN, Sindang KEC, Kab K, Kalapanunggal D. Jurnal Pengabdian Siliwangi PENINGKATAN KESEHATAN MELALUI PROGRAM INFORMAL SPORT MASA PANDEMI COVID 19 MENUJU NEW NORMAL PADA MASYARAKAT Abstrak Jurnal Pengabdian Siliwangi Volume 7 , Nomor 1 , Tahun 2021 P-ISSN 2477-6629 E-ISSN 2615-4773. 2021;7.
43. Franklin BA, Eijsvogels TMH, Pandey A, Quindry J, Toth PP. Physical activity, cardiorespiratory fitness, and cardiovascular health: A clinical practice statement of the American Society for Preventive Cardiology Part II: Physical activity, cardiorespiratory fitness, minimum and goal intensities for exercise train. *Am J Prev Cardiol* [Internet]. 2022;12(September):100425. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.ajpc.2022.100425>
44. Kusumo MP. Buku Pemantauan Aktivitas Fisik Mahendro Prasetyo Kusumo [Internet]. Yogyakarta: The Journal Publishing. 2020. 1–43 p. Available from: http://repository.umsida.ac.id/bitstream/handle/123456789/35896/Buku_pemantauan_aktivitas_fisik.pdf?sequence=1
45. Sember V, Meh K, Sorić M, Jurak G, Starc G, Rocha P. Validity and reliability of international physical activity questionnaires for adults across eu countries: Systematic review and meta analysis. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(19):1–23.
46. Balboa-Castillo T, Muñoz S, Serón P, Andrade-Mayorga O, Lavados-Romo P, Aguilar-Farias N. Validity and reliability of the international physical activity questionnaire short form in Chilean adults. *PLoS One*. 2023;18(10 October):1–11.
47. Azzahra Putri Mulyana H, Suherman A, Damayanti I, Sultoni K, Ruhayati Y, Indri Rahayu N. Klasifikasi Aktivitas Fisik Berbasis Data Accelerometer dan Kuesioner dengan Metode Machine Learning. *Phys Educ Empower* [Internet]. 2023;4(2):103–15. Available from: <https://journal.unsika.ac.id/index.php/speed>
48. International Physical Activity Questionnaire. Guidelines for Data Processing and Analysis of the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) – Short and Long Forms. *Int Phys Act Quest*. 2005;1–15.
49. Dharmansyah D, Budiana D. Indonesian Adaptation of The International Physical Activity Questionnaire (IPAQ): Psychometric Properties. *J Pendidik Keperawatan Indones*. 2021;7(2):159–63.
50. Pandey A, Mehta A, Paluch A, Ning H, Carnethon MR, Allen NB, et al. Performance of the American Heart Association/American College of Cardiology Pooled Cohort Equations to Estimate Atherosclerotic

Cardiovascular Disease Risk by Self-reported Physical Activity Levels. *JAMA Cardiol.* 2021;6(6):690–6.

51. Arnett DK, Blumenthal RS, Albert MA, Buroker AB, Goldberger ZD, Hahn EJ, et al. 2019 ACC/AHA Guideline on the Primary Prevention of Cardiovascular Disease: A Report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical Practice Guidelines. Vol. 140, *Circulation*. 2019. 596–646 p.
52. Schwarz P. IDF global clinical practice recommendations for managing type 2 diabetes – 2025. *Diabetes Research and Clinical Practice*. 2025.
53. Gerhard-Herman MD, Gornik HL, Barrett C, Barshes NR, Corriere MA, Drachman DE, et al. 2016 AHA/ACC guideline on the management of patients with lower extremity peripheral artery disease: Executive Summary: A report of the American college of cardiology/American Heart Association task force on clinical practice guidelines. Vol. 135, *Circulation*. 2017. 686–725 p.
54. Wong ND, Budoff MJ, Ferdinand K, Graham IM, Michos ED, Reddy T, et al. Atherosclerotic cardiovascular disease risk assessment: An American Society for Preventive Cardiology clinical practice statement. *Am J Prev Cardiol* [Internet]. 2022;10(February):100335. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.ajpc.2022.100335>
55. Lloyd-Jones DM, Braun LT, Ndumele CE, Smith SC, Sperling LS, Virani SS, et al. Use of Risk Assessment Tools to Guide Decision-Making in the Primary Prevention of Atherosclerotic Cardiovascular Disease: A Special Report from the American Heart Association and American College of Cardiology. *Circulation*. 2019;139(25):E1162–77.
56. Dahlan MS. Besar Sampel Dan Cara Pengambilan Sampel. 2010.
57. Paputungan F. Karakteristik Perkembangan Masa Dewasa Awal Developmental Characteristics of Early Adulthood. *Media Online) J Educ Cult*. 2023;3(1):2986–1012.
58. Swastini IGAAP. Gambaran kolesterol total pada lansia di Puskesmas I Denpasar Selatan. *Meditory J Med Lab*. 2021;9(2):68–77.
59. Shafitri D, Santi S, Sulfiani S. Analisis Kadar High Density Lipoprotein (HDL) dan Low Density Lipoprotein (LDL) Pada Perokok Konvensional dan Perokok Elektrik. 2024;18(2):66–72.
60. Ottay RI, Nelwan JE, Sumampouwa OJ, Ticoalu JV. Risk Factors of Coronary Heart Disease in North Sulawesi Indonesia. *Int J Nat Heal Sci*. 2024;2(1):1–22.
61. Devesa A, Ibanez B, Malick WA, Tinuoye EO, Bustamante J, Peyra C, et al. Primary Prevention of Subclinical Atherosclerosis in Young Adults: JACC Review Topic of the Week. *J Am Coll Cardiol*. 2023;82(22):2152–62.

62. Amelia R, Wijaya H, Rusdiana R, Widjaja SS. Risk of Cardiovascular Complication Among Type 2 Diabetes Mellitus Patients in Medan, Indonesia. A Cross-sectional Study. *Med Arch*. 2022;76(5):324–8.
63. Poznyak A V., Sukhorukov VN, Guo S, Postnov AY, Orekhov AN. Sex Differences Define the Vulnerability to Atherosclerosis. *Clin Med Insights Cardiol*. 2023;17.
64. Man JJ, Beckman JA, Jaffe IZ. Sex as a Biological Variable in Atherosclerosis. *Circ Res*. 2020;126(9):1297–319.
65. Salsabila Irwanto F, Hasni D, Anggraini D, Yulhasfi Febrianto B. Hubungan Pola Konsumsi Lemak Dan Sodium Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Perempuan Etnis Minangkabau. *Sci J*. 2023;2(2):63–74.
66. Ikhsan YK, Soelistijo SA, Putranto JNE. Profile of cardiovascular disease risk in type 2 diabetes mellitus patients receiving statin therapy: A cross-sectional study. *Ann Med Surg [Internet]*. 2022;75(6):103368. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.amsu.2022.103368>
67. Kustini E, Fauziah M, Purnamawati D, Al AA. The Effect of Lipid Profile and Blood Glucose on Hypertension At Pasar Minggu District Health Center. 2025;4(3):709–21.
68. Azam M, Hidayati FN, Fibriana AI, Bahrudin U, Aljunid SM. Prevalence of Isolated Systolic Hypertension among People with Diabetes in Indonesia. *medRxiv [Internet]*. 2020;(Dm):2020.11.25.20238683. Available from: <http://medrxiv.org/content/early/2020/11/29/2020.11.25.20238683.abstract>
69. De Ferranti SD, De Boer IH, Fonseca V, Fox CS, Golden SH, Lavie CJ, et al. Type 1 diabetes mellitus and cardiovascular disease a scientific statement from the american heart association and american diabetes association. *Circulation*. 2014;130(13):1110–30.
70. Ruszkowski P, Masajtis-Zagajewska A, Nowicki M. Effects of combined statin and ACE inhibitor therapy on endothelial function and blood pressure in essential hypertension - a randomised double-blind, placebo controlled crossover study. *JRAAS - J Renin-Angiotensin-Aldosterone Syst*. 2019;20(3).
71. Li Z, Xu S, Chen L, Jiang D. Effect of aspirin on blood pressure in hypertensive patients: a systematic review and meta-analysis. *BMC Cardiovasc Disord [Internet]*. 2024;24(1):1–16. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12872-024-03737-x>
72. Sari LA, Putri TH, Fradianto I. Faktor-Faktoryang Mempengaruhi Tingkat Aktifitas Fisik pada Lansia:Literature Review. *J Nurs Pract Educ*. 2024;6(2):22–7.
73. Thompson PD, Buchner D, Piña IL, Balady GJ, Williams MA, Marcus BH, et

- al. Exercise and Physical Activity in the Prevention and Treatment of Atherosclerotic Cardiovascular Disease. *Arterioscler Thromb Vasc Biol.* 2003;23(8):3109–16.
74. Aengevaeren VL, Mosterd A, Sharma S, Prakken NHJ, Möhlenkamp S, Thompson PD, et al. Exercise and Coronary Atherosclerosis Observations, Explanations, Relevance, and Clinical Management. *Circulation.* 2020;141(16):1338–50.
75. Osawa Y, Arai Y. Preventive Effects of Physical Activity on the Development of Atherosclerosis: A Narrative Review. *J Atheroscler Thromb.* 2025;32(1):11–9.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian

 **FAKULTAS KEDOKTERAN**
Universitas Baiturrahmah
Jl. Raya By Pass KM. 15 Aie Pichan Koto Tengah - Padang,
Sumatera Barat Indonesia 25158
(0751) 463 069
fk@unbrah.ac.id

Nomor : B.451/AK/FK-UNBRAH/SKRIPSI/VII/2025
Lamp : ---
Hal : Permohonan Izin Penelitian

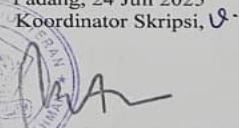
Kepada Yth,
Direktur RSU Hermina Padang
di
tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan akan dilakukannya penyusunan skripsi mahasiswa Program Studi Kedokteran tahun ajaran 2024/2025:

Nama : Muhammad Reyhan Febrian
NPM : 2210070100054
Judul : Analisis Hubungan Aktivitas Fisik terhadap Risiko Penyakit Kardiovaskular Aterosklerosis Menggunakan ASCVD Risk Score pada Pasien di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Hermina Padang
Pembimbing : 1. dr. Bun Yurizali, Sp.PD
2. dr. Nana Liana, Sp.PA

Dengan ini kami mohon izin kepada Bapak/ Ibu untuk memberikan izin kepada mahasiswa tersebut untuk melakukan Penelitian, atas perhatian dan kerjasama Bapak/ Ibu kami ucapkan terima kasih.

Padang, 24 Juli 2025
Koordinator Skripsi, 


dr. Meta Zulyati O, Sp.PA, M.Biomed
NIK. 19851002201021066

Tembusan:
1. Arsip

fk.unbrah.ac.id 

Lampiran 2 Kode Etik (*Ethical Clearance*) Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah



FAKULTAS KEDOKTERAN

Universitas Baiturrahmah

Jl. Raya By Pass KM.15 Aie Pacah Koto Tangah - Padang,
Sumatera Barat Indonesia 25159
(0751) 463 069
fk@unbrah.ac.id

KOMISI ETIK PENELITIAN

Health Research Ethics Committee

KETERANGAN LAYAK ETIK

Description of Ethical Approval

“Ethical Approval”

No: 033/ETIK-FKUNBRAH/03/07/2025

Protokol penelitian yang diusulkan oleh:
The Research Protocol Proposed by

Penelitian Utama
Principal Investigator

: MUHAMMAD REYHAN FEBRIAN/ 22-054

Nama Institusi
Name of The Institution

: FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH

Dengan Judul
Title

“ANALISIS HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP RISIKO PENYAKIT KARDIOVASKULAR ATEROSKLEROSIS MENGUNAKAN *ASCVD RISK SCORE* PADA PASIEN DI POLIKLINIK PENYAKIT DALAM RUMAH SAKIT HERMINA PADANG”

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu: 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Resiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMSS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Value, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment And Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 17 Juli 2025 sampai dengan 17 Juli 2026.

This declaration of ethics applies during the period July, 17, 2025 until July, 17, 2026



17 July, 2025
Chairperson,

dr. Mutiara Amssa, Sp.KJ

Tembusan:
1.
rsip

A

fk.unbrah.ac.id

Lampiran 3 Surat Izin Penelitian dari Rumah Sakit Hermina Padang



**PT MEDIKA LOKA PADANG
RUMAH SAKIT HERMINA PADANG**

Jl. Khatib Sulaiman RT. 006 RW. 007 Kel. Lolong BelantiKec. Padang Utara, Kota Padang
Telp. (0751) 8972525 (Hunting), Fax. (0751) 8973535
Website : www.herminahospitals.com

Padang, 21 Agustus 2025

No : 2837/HRD/RSHPAD/VIII/2025

Lampiran : -

Perihal : Surat Jawaban Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth.

Koordinator Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah

Di

Tempat

Dengan hormat,

Menindak lanjuti surat dari Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Baiturrahmah dengan nomor : B.451/AK/FK-UNBRAH/SKRIPSI/VII/2025 perihal Permohonan Izin Pengambilan Data.

No	Nama	NPM	Judul Penelitian
1.	Muhammad Reyhan Febrian	2210070100054	Analisis Hubungan Aktivitas Fisik terhadap Risiko Penyakit Kardiovaskular Aterosklerosis Menggunakan ASCVD Risk Score pada Pasien di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Hermina Padang

Dengan ini di sampaikan bahwa kami mengizinkan pelaksanaan Penelitian di RS Hermina Padang. Mohon Bpk/Ibu yang melakukan Penelitian agar dapat menghubungi bagian HRD RS Hermina Padang (sdri) Agnes Widiastuti : 081364460580.

Demikian disampaikan, atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Mengetahui,

dr. Iwan Tjurniawan, MARS
Direktur RS Hermina Padang

Lampiran 4 Surat Selesai Penelitian dari Rumah Sakit Hermina Padang



PT MEDIKA LOKA PADANG
**RUMAH SAKIT
HERMINA PADANG**

Jl. Khatib Sulaiman RT. 006 RW. 007 Kel. Lolong Belanti Kec. Padang Utara, Kota Padang
Telp. (0751) 8972525 (Hunting), Fax. (0751) 8973535
Website : www.herminahospitals.com

Padang, 30 September 2025

No : 3374/HRD/RSHPAD/IX/2025
Lampiran : -
Perihal : Penyampaian Hasil Penelitian

Kepada Yth.
Koordinator Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah

Di
Tempat

Dengan hormat,

Bersama ini kami sampaikan bahwa nama yang tersebut di bawah ini :

No	Nama	NPM	Judul Penelitian
1.	Muhammad Reyhan Febrian	2210070100054	Analisis Hubungan Aktivitas Fisik terhadap Risiko Penyakit Kardiovaskular Aterosklerosis Menggunakan ASCVD Risk Score pada Pasien di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Hermina Padang

Telah melaksanakan Penelitian di RS Hermina Padang dari tanggal 23 Agustus – 30 Agustus 2025.

Demikian disampaikan, atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Mengesah,

dr. Iwan Turniawan, MARS
Direktur RS Hermina Padang

Lampiran 5 Dummy Table

Tabel 1 Karakteristik Pasien Rawat Jalan di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Hermina Padang

Karakteristik Pasien	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
1. 40-60 tahun		
2. >60 tahun		
Jenis Kelamin		
1. Laki-laki		
2. Perempuan		
Ras/Etnis		
1. <i>White</i>		
2. <i>African American</i>		
3. <i>Others</i>		
Tekanan Darah		
1. Optimal		
2. Normal		
3. Normal-Tinggi		
4. Hipertensi Derajat 1		
5. Hipertensi Derajat 2		
6. Hipertensi Derajat 3		
7. Hipertensi Sistolik Terisolasi		
Kadar Kolesterol Total		
1. Normal		
2. Borderline		
3. Tinggi		
Kadar HDL		
1. Optimal		
2. Borderline		
3. Risiko Tinggi		
Kadar LDL		
1. Optimal		
2. Borderline		
3. Risiko Tinggi		
Status Merokok		
1. Perokok		
2. Mantan Perokok		
3. Tidak Perokok		
Riwayat Diabetes Melitus		
1. Ya		
2. Tidak		

Dalam Pengobatan Hipertensi

1. Ya
 2. Tidak
-

Dalam Pengobatan Statin

1. Ya
 2. Tidak
-

Dalam Pengobatan Aspirin

1. Ya
 2. Tidak
-

Tabel 2 Tingkat Aktivitas Fisik Pasien Rawat Jalan di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Hermina Padang

Aktivitas Fisik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ringan		
Sedang		
Berat		

Tabel 3 Nilai Skor Risiko Penyakit Kardiovaskular Aterosklerosis Berdasarkan *ASCVD Risk Score* Pada Pasien Rawat Jalan di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Hermina Padang

<i>ASCVD Risk Score</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Risiko Rendah		
Risiko <i>Borderline</i>		
Risiko Sedang		
Risiko Berat		

Tabel 4 Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap *ASCVD Risk Score* Pada Pasien Rawat Jalan di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Hermina Padang

Aktivitas Fisik	ASCVD Risk Score										r	P
	Risiko Rendah		Risiko <i>Borderline</i>		Risiko Sedang		Risiko Berat		Total			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
Ringan												
Sedang												
Berat												
Total												

Lampiran 6 *International Physical Activity Questionnaire Short Form (IPAQ-SF)*

Kuisisioner IPAQ-SF

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Tekanan Darah :

Tinggi Badan :

Berat Badan :

1. Dalam waktu **7 hari terakhir**, Berapa hari anda melakukan aktivitas fisik berat, contoh berlari/jogging, berenang, basket, angkat beban, sepak bola, bela diri?

.....hari per minggu

Tidak ada aktivitas fisik berat → **Lanjut ke nomor 3**

2. Berapa lama waktu yang anda gunakan untuk melakukan **aktivitas fisik berat** pada salah satu hari tersebut?

.....jam..... menit per hari

Tidak tahu/ Tidak pasti

3. Dalam **7 hari terakhir**, berapa hari anda telah **melakukan aktivitas fisik sedang**, contohnya jalan cepat, berlari kecil, bersepeda santai, bermain, tenis meja, berenang, volly, bulu tangkis, menari?

.....hari per minggu

Tidak ada aktivitas fisik sedang → **Lanjut ke nomor 5**

4. Berapa lama waktu yang anda gunakan untuk melakukan **aktivitas fisik sedang** pada salah satu hari tersebut?

.....jam..... menit per hari

Tidak tahu/ Tidak pasti

5. Dalam **7 hari terakhir**, berapa hari anda telah berjalan kaki selama minimal 10 menit atau melakukan aktivitas fisik ringan seperti menonton televisi, bermain komputer, menulis, mengetik, duduk, berjalan kaki, menyapu, mengepel, mencuci piring, mencuci kendaraan, menyetrika, berkendara?

.....hari per minggu

Tidak berjalan kaki→ **Lanjut ke nomor 7**

6. Berapa lama waktu yang anda gunakan untuk melakukan **berjalan kaki** dan melakukan **aktivitas fisik ringan** pada salah satu hari tersebut?

.....jam..... menit per hari

Tidak tahu/ Tidak pasti

7. Dalam waktu **7 hari terakhir**, berapa lama waktu yang anda gunakan untuk **duduk** pada saat hari kerja atau belajar?

.....jam..... menit per hari

Tidak tahu/ Tidak pasti

Lampiran 7 Informed Consent

Analisis Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Risiko Penyakit Kardiovaskular Aterosklerosis Menggunakan *ASCVD Risk Score* Pada Pasien Di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Hermina Padang.

- **Informasi Penelitian**

Peneliti Utama: Muhammad Reyhan Febrian

Institusi: Universitas Baiturrahmah

Pembimbing 1: dr. Bun Yurizali, Sp.PD

Pembimbing 2: dr. Nana Liana Sp. PA

- **Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Risiko Penyakit Kardiovaskular Aterosklerosis Menggunakan *ASCVD Risk Score* Pada Pasien Di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Hermina Padang.

- **Prosedur Penelitian**

Jika Bapak/Ibu bersedia menjadi responden, maka akan dilakukan:

- Wawancara singkat mengenai data demografi dan riwayat penyakit
- Wawancara penilaian aktivitas fisik menggunakan IPAQ-SF
- Pemeriksaan tekanan darah
- Pengambilan data hasil laboratorium dari rekam medis (kolesterol total, HDL, LDL)
- Perhitungan skor risiko kardiovaskular

- **Risiko dan Manfaat**

Risiko: Penelitian ini tidak menimbulkan risiko yang merugikan karena hanya melakukan pengukuran melalui wawancara.

- **Manfaat:**

- Mengetahui status gizi dan risiko penyakit kardiovaskular
- Hasil penelitian dapat memberikan informasi penting untuk pencegahan penyakit jantung

- **Kerahasiaan**

Semua informasi yang diberikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Identitas responden tidak akan dipublikasikan.

- **Kompensasi**

Tidak ada kompensasi finansial yang diberikan dalam penelitian ini.

- **Hak Responden**

- Berhak menolak atau mengundurkan diri kapan saja tanpa sanksi
- Berhak mendapatkan informasi hasil penelitian
- Berhak mendapatkan penjelasan lebih lanjut tentang penelitian

- **Kontak Peneliti**

Jika ada pertanyaan, dapat menghubungi:

Nama: Muhammad Reyhan Febrian

No. HP: 082376748755

Email: 2210070100054@student.unbrah.ac.id

Lampiran 8 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

A. Formulir Pengumpulan Data Demografi

No. Responden: _____

Tanggal Pengambilan Data: _____

1. Data Demografi

Nama: _____

Umur: _____ tahun

Jenis Kelamin: ☐ Laki-laki ☐ Perempuan

Alamat: _____

Pekerjaan: _____

Pendidikan: ☐ SD ☐ SMP ☐ SMA ☐ D3 ☐ S1 ☐ S2 ☐ S3

Status Perkawinan: ☐ Belum Menikah ☐ Menikah ☐ Janda/Duda

Lampiran 9 Instrumen Penelitian

A. Formulir Pengumpulan Data Demografi

No. Responden: _____

Tanggal Pengambilan Data: _____

1. Data Demografi

Nama: _____

Umur: _____ tahun

Jenis Kelamin: ☐ Laki-laki ☐ Perempuan

Alamat: _____

Pekerjaan: _____

Pendidikan: ☐ SD ☐ SMP ☐ SMA ☐ D3 ☐ S1 ☐ S2 ☐ S3

Status Perkawinan: ☐ Belum Menikah ☐ Menikah ☐ Janda/Duda

B. Formulir *Ascvd Risk Score*

No. Responden: _____

Tanggal Pengukuran: _____

1. Data Untuk *Ascvd Risk Score*

- Umur: _____ tahun
- Jenis Kelamin: ☐ Laki-laki ☐ Perempuan
- Ras/Etnis: ☐ Kulit Putih ☐ Afrika-Amerika ☐ Lainnya
- Tekanan Darah Sistolik: _____ mmHg
- Tekanan Darah Diastolik: _____ mmHg
- Kolesterol Total: _____ mg/dL
- Kolesterol HDL: _____ mg/dL
- Kolesterol LDL: _____ mg/dL
- Riwayat Diabetes Melitus: ☐ Ya ☐ Tidak
- Merokok: ☐ Ya ☐ Tidak ☐ Mantan
- Sedang Dalam Pengobatan Hipertensi: ☐ Ya ☐ Tidak
- Sedang Dalam Pengobatan Statin: ☐ Ya ☐ Tidak
- Sedang Dalam Pengobatan Aspirin: ☐ Ya ☐ Tidak

2. Hasil Perhitungan

ASCVD Risk Score: _____% (risiko 10 tahun)

3. Kategorisasi Risiko

- ☐ Risiko rendah (0-4,9%)
- ☐ Risiko borderline diambang batas (5-7,4%)
- ☐ Risiko sedang (7,5-20%)
- ☐ Risiko tinggi (>20%)

4. Data Laboratorium

- Kolesterol Total: _____ mg/dL
- Kolesterol LDL: _____ mg/dL
- Kolesterol HDL: _____ mg/dL

B. Formulir *Ascvd Risk Score*

No. Responden: _____

Tanggal Pengukuran: _____

1. Data Untuk *Ascvd Risk Score*

- Umur: _____ tahun
- Jenis Kelamin: ☐ Laki-laki ☐ Perempuan
- Ras/Etnis: ☐ Kulit Putih ☐ Afrika-Amerika ☐ Lainnya
- Tekanan Darah Sistolik: _____ mmHg
- Tekanan Darah Diastolik: _____ mmHg
- Kolesterol Total: _____ mg/dL
- Kolesterol HDL: _____ mg/dL
- Kolesterol LDL: _____ mg/dL
- Riwayat Diabetes Melitus: ☐ Ya ☐ Tidak
- Merokok: ☐ Ya ☐ Tidak ☐ Mantan
- Sedang Dalam Pengobatan Hipertensi: ☐ Ya ☐ Tidak
- Sedang Dalam Pengobatan Statin: ☐ Ya ☐ Tidak
- Sedang Dalam Pengobatan Aspirin: ☐ Ya ☐ Tidak

2. Hasil Perhitungan

ASCVD Risk Score: _____% (risiko 10 tahun)

3. Kategorisasi Risiko

- ☐ Risiko rendah (0-4,9%)
- ☐ Risiko borderline diambang batas (5-7,4%)
- ☐ Risiko sedang (7,5-20%)
- ☐ Risiko tinggi (>20%)

4. Data Laboratorium

- Kolesterol Total: _____ mg/dL
- Kolesterol LDL: _____ mg/dL
- Kolesterol HDL: _____ mg/dL

Lampiran 10 Master Tabel

NO	NAMA	UMUR	JENIS KELAMIN	RAS/ETNIS	TEKANAN DARAH (mmHg)	SEDANG PENGOBATAN HIPERTENSI	PENGUNAAN STATIN	PENGUNAAN ASPIRIN	DIABETES MELITUS	MEROKOK	KOLESTEROL LDL (mg/dL)	KOLESTEROL HDL (mg/dL)	KOLESTEROL TOTAL (mg/dL)	ASCVD RISK SCORE (%)	ASCVD RISK SCORE	AKTIVITAS FISIK
1	Nas	67	Laki-laki	Other	150/70	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Mantan	98	45	120	18	Sedang	Ringan
2	Erd	64	Perempuan	Other	140/71	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	122	51	120	27,3	Tinggi	Ringan
3	Rat	69	Perempuan	Other	170/70	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	180	40	185	20,1	Tinggi	Ringan
4	Nof	54	Laki-laki	Other	140/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Mantan	150	55	227	13,9	Sedang	Ringan
5	Azi	73	Perempuan	Other	110/60	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	140	83	137	11,8	Sedang	Ringan
6	YS	55	Perempuan	Other	100/60	Tidak	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	96	75	172	1,5	Rendah	Sedang
7	MP	46	Perempuan	Other	130/70	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	122	65	180	1,5	Rendah	Sedang
8	Has	65	Perempuan	Other	150/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	130	70	195	16,8	Sedang	Sedang
9	Muk	64	Laki-laki	Other	120/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	154	52	229	32,9	Tinggi	Sedang
10	RK	54	Perempuan	Other	130/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	63	72	148	2,6	Rendah	Sedang
11	Nur	73	Perempuan	Other	140/80	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	121	70	205	20	Tinggi	Sedang
12	Mai	52	Perempuan	Other	130/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	229	43	252	6,9	Borderlin	Sedang
13	ES	60	Perempuan	Other	110/60	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	194	62	263	3,7	Rendah	Sedang
14	Hel	79	Perempuan	Other	170/80	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	214	65	278	48,6	Tinggi	Ringan
15	Meg	72	Perempuan	Other	110/60	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	139	76	218	11,5	Sedang	Sedang
16	Yun	43	Perempuan	Other	150/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	191	45	235	4,7	Rendah	Berat
17	Erl	45	Perempuan	Other	110/60	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	149	61	178	1,1	Rendah	Sedang
18	VW	46	Perempuan	Other	130/80	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	143	87	249	0,9	Rendah	Sedang
19	Amr	51	Laki-laki	Other	140/80	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	153	48	217	12,8	Sedang	Sedang
20	MN	52	Perempuan	Other	120/80	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	155	51	206	2	Rendah	Berat

21	Nur	64	Perempuan	Other	120/80	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	136	63	202	10,5	Sedang	Ringan
22	HP	53	Laki-laki	Other	130/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	76	59	168	7,3	Borderlin	Sedang
23	BJ	58	Laki-laki	Other	140/80	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	53	60	129	10,5	Sedang	Sedang
24	Jun	58	Laki-laki	Other	130/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Mantan	113	56	183	13,7	Sedang	Ringan
25	Edm	68	Laki-laki	Other	130/80	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	148	51	194	16,8	Sedang	Sedang
26	Tuk	61	Perempuan	Other	120/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	144	48	234	9,9	Sedang	Sedang
27	Sya	74	Perempuan	Other	130/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	107	61	169	33,7	Tinggi	Ringan
28	ET	75	Perempuan	Other	130/80	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	194	63	219	21,8	Tinggi	Sedang
29	Kaz	51	Perempuan	Other	130/80	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	93	51	110	2,3	Rendah	Sedang
30	MH	66	Laki-laki	Other	110/60	Ya	Ya	Tidak	Ya	Mantan	153	52	231	24	Tinggi	Sedang
31	Mia	79	Perempuan	Other	150/90	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	78	35	125	61	Tinggi	Ringan
32	HN	64	Laki-laki	Other	150/80	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	114	29	157	47,4	Tinggi	Berat
33	Ons	59	Laki-laki	Other	120/70	Ya	Ya	Ya	Ya	Mantan	155	49	228	17,6	Sedang	Sedang
34	Jun	48	Laki-laki	Other	130/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	168	33	223	26,5	Tinggi	Ringan
35	Eva	65	Perempuan	Other	120/70	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	84	71	176	4,1	Rendah	Sedang
36	EH	56	Perempuan	Other	120/60	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	225	61	287	6,5	Borderlin	Berat
37	Yef	55	Perempuan	Other	140/90	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	167	82	294	6,3	Borderlin	Sedang
38	Ros	45	Perempuan	Other	130/80	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	107	72	197	0,5	Rendah	Sedang
39	Roh	60	Perempuan	Other	210/100	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	174	42	283	16,3	Sedang	Sedang
40	Zul	51	Perempuan	Other	120/60	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	133	50	118	2	Rendah	Sedang

41	Nur	73	Perempuan	Other	170/80	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	176	43	220	29,2	Tinggi	Ringan
42	FA	54	Perempuan	Other	130/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	154	80	200	3,3	Rendah	Sedang
43	Eri	61	Perempuan	Other	130/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	213	59	369	12,7	Sedang	Rendah
44	Ros	80	Perempuan	Other	150/80	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	119	74	207	41,8	Tinggi	Ringan
45	Ri	74	Laki-laki	Other	150/90	Ya	Tidak	Ya	Ya	Mantan	103	30	121	55,9	Tinggi	Ringan
46	JA	62	Perempuan	Other	110/60	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	121	127	268	6,7	Borderlin	Sedang
47	Fit	45	Perempuan	Other	150/90	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	100	60	160	0,9	Rendah	Sedang
48	Nov	57	Perempuan	Other	150/90	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	91	59	150	6,1	Borderlin	Sedang
49	WZ	63	Laki-laki	Other	130/80	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Mantan	132	69	98	7,6	Sedang	Ringan
50	Asm	54	Perempuan	Other	130/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	140	70	150	2,7	Rendah	Sedang
51	Iri	49	Perempuan	Other	130/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	93	40	150	3,1	Rendah	Sedang
52	Mai	53	Perempuan	Other	110/80	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	138	45	180	1,8	Rendah	Sedang
53	EW	56	Perempuan	Other	150/80	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	91	70	130	2,1	Rendah	Berat
54	Ros	67	Perempuan	Other	130/80	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	119	48	195	18,1	Sedang	Berat
55	Das	55	Perempuan	Other	160/80	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	174	53	232	3,7	Rendah	Sedang
56	CI	54	Laki-laki	Other	150/80	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Ya	168	27	147	8,1	Sedang	Berat
57	Kas	53	Perempuan	Other	170/90	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	152	60	209	3,7	Rendah	Sedang
58	Nur	73	Perempuan	Other	160/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	179	51	259	45,3	Tinggi	Ringan
59	Sur	59	Laki-laki	Other	150/80	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Mantan	150	45	203	11,4	Sedang	Sedang
60	Ira	54	Perempuan	Other	120/80	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	106	46	200	2,6	Rendah	Sedang

61	Yur	54	Perempuan	Other	150/80	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	162	64	227	2,4	Rendah	Sedang
62	Mir	51	Perempuan	Other	160/80	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	148	70	200	2,1	Rendah	Sedang
63	TM	68	Laki-laki	Other	130/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	154	42	214	36,7	Tinggi	Sedang
64	MR	59	Laki-laki	Other	120/80	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	74	31	177	30,2	Tinggi	Sedang
65	Nur	50	Perempuan	Other	130/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	129	31	217	7,4	Borderlin	Sedang
66	Tug	63	Laki-laki	Other	130/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Mantan	164	61	210	21,9	Tinggi	Sedang
67	Lus	45	Perempuan	Other	130/80	Tidak	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	73	45	179	1,8	Rendah	Sedang
68	Mir	62	Perempuan	Other	140/80	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak	180	43	299	13,5	Sedang	Sedang
69	Mas	58	Perempuan	Other	140/80	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	139	46	196	9,2	Sedang	Ringan
70	Ren	43	Laki-laki	Other	120/80	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	211	60	290	4,9	Rendah	Sedang

Lampiran 11 Hasil Olah Data

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	40-60 Tahun	42	60.0	60.0	60.0
	>60 Tahun	28	40.0	40.0	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	20	28.6	28.6	28.6
	Perempuan	50	71.4	71.4	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Ras

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Other	70	100.0	100.0	100.0

Tekanan Darah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Optimal	9	12.9	12.9	12.9
	Normal	10	14.3	14.3	27.1
	Normal Tinggi	22	31.4	31.4	58.6
	Hipertensi Derajat 1	7	10.0	10.0	68.6
	Hipertensi Derajat 2	1	1.4	1.4	70.0
	Hipertensi Derajat 3	1	1.4	1.4	71.4
	Hipertensi Sistolik Terisolasi	20	28.6	28.6	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Kadar Kolesterol Total

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	32	45.7	45.7	45.7
	Borderline	26	37.1	37.1	82.9
	Tinggi	12	17.1	17.1	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Kadar HDL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Optimal	31	44.3	44.3	44.3
	Borderline	32	45.7	45.7	90.0
	Risiko Tinggi	7	10.0	10.0	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Kadar LDL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Optimal	28	40.0	40.0	40.0
	Borderline	24	34.3	34.3	74.3
	Risiko Tinggi	18	25.7	25.7	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Status Merokok

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Perokok	6	8.6	8.6	8.6
	Mantan Perokok	9	12.9	12.9	21.4
	Tidak Perokok	55	78.6	78.6	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Riwayat Diabetes Melitus

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ya	42	60.0	60.0	60.0
	Tidak	28	40.0	40.0	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Dalam Pengobatan Hipertensi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ya	60	85.7	85.7	85.7
	Tidak	10	14.3	14.3	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Dalam Pengobatan Statin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ya	50	71.4	71.4	71.4
	Tidak	20	28.6	28.6	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Dalam Pengobatan Aspirin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ya	8	11.4	11.4	11.4
	Tidak	62	88.6	88.6	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Aktivitas Fisik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	18	25.7	25.7	25.7
	Sedang	45	64.3	64.3	90.0
	Berat	7	10.0	10.0	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

ASCVD Risk Score

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	25	35.7	35.7	35.7
	Borderline	8	11.4	11.4	47.1
	Sedang	18	25.7	25.7	72.9
	Berat	19	27.1	27.1	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Aktivitas Fisik Terhadap ASCVD Risk Score

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Aktivitas Fisik * ASCVD Risk Score	70	100.0%	0	0.0%	70	100.0%

Aktivitas Fisik * ASCVD Risk Score Crosstabulation

Count

		ASCVD Risk Score				Total
		Rendah	Borderline	Sedang	Berat	
Aktivitas Fisik	Ringan	0	1	6	11	18
	Sedang	22	6	10	7	45
	Berat	3	1	2	1	7
Total		25	8	18	19	70

Symmetric Measures

		Value	Asymptotic Standardized Error ^a	Approximate T ^b	Approximate Significance
Ordinal by Ordinal	Gamma	-.626	.120	-4.571	.000
N of Valid Cases		70			

Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian





Lampiran 13 Biodata Penulis

Nama lengkap	: Muhammad Reyhan Febrian
Tempat, tanggal lahir	: Padang, 08 Desember 2003
Jenis kelamin	: Laki-laki
No. Telp/HP	: 082376748755
Asal SMA	: SMAN 5 Batam
Orang tua	:
Nama ayah	: Kapten Inf Pebri Yendi
Pekerjaan	: TNI-AD
Nama ibu	: Bevia Martin
Pekerjaan	: Ibu Rumah Tangga
Anak ke	: Satu (1)
Alamat rumah	: Perum Genta II Blok M No. 20, Kec. Batu Aji, Kota Batam, Provinsi Kepulauan Riau
Kode pos	: 29438
Email	: reyhantara136@gmail.com
Pengalaman organisasi	: 1. Anggota Muda Badan Eksekutif Mahasiswa 2023/2024 2. Staff Departemen PSDM BEM FK Unbrah 2024/2025 3. Kepala Departemen PSDM BEM FK Unbrah 2025/2026
Visi hidup	: <i>Life doesn't promise an easy path, but it always gives space to those who never stop fighting and believe in the power of effort.</i>

