

HUBUNGAN PERILAKU MEROKOK DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN TEKANAN DARAH PADA REMAJA DI SMK GRAHA MADINA SINGOSARI MALANG

Muhammad Fahmi Nidhomus Syurfi
Nurul Hidayah, S. Kep., Ns., M. Kep.
Marsaid, S.Kep., Ns., M.Kep.
Rudi Hamarno, S.Kep., Ns., M.Kep.

ABSTRAK

Perilaku merokok dan kurangnya aktivitas fisik adalah salah satu faktor masalah terbesar penyebab terjadinya tekanan darah tinggi yang beresiko terhadap kematian, semakin tinggi aktivitas merokok dan kurangnya aktivitas fisik, maka semakin tinggi tekanan darah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan perilaku merokok dan aktivitas fisik dengan tekanan pada remaja. Metode penelitian menggunakan desain korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja yang menjadi responden di SMK Graha Madina Singosari Malang yang berjumlah 52 orang, dengan menggunakan teknik *proportional random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah berupa kuesioner perilaku merokok berdasarkan indeks *brinkman*, dan kuesioner *GPAQ* (*Global physical Activity Questionnaire*). Analisis data menggunakan uji korelasi *rank spearman*. Hasil analisis bivariat menunjukkan perilaku merokok dengan tekanan darah sistolik memiliki hubungan ($p = 0,012$), perilaku merokok dengan tekanan darah diastolik tidak memiliki hubungan ($p = 0,165$), aktivitas fisik dengan tekanan darah sistolik tidak memiliki hubungan ($p = 0,807$), dan aktivitas fisik dengan tekanan darah diastolik tidak memiliki hubungan ($p = 0,352$). Rekomendasi hasil penelitian ini yaitu peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan pengukuran tekanan darah secara berkala untuk melihat perubahan secara signifikan yang disebabkan dari perilaku merokok dan aktivitas fisik.

Kata kunci: Perilaku Merokok, Aktivitas Fisik, Tekanan Darah, Remaja