BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit kardiovaskular (PKV) merupakan penyebab utama kematian di seluruh dunia, dengan estimasi sebanyak 17,9 juta kematian setiap tahun (World Health Organization, 2021). Di Indonesia, PKV juga menjadi salah satu faktor utama penyebab tingginya angka kematian. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI tahun 2023, tercatat sekitar 650.000 kematian setiap tahunnya akibat penyakit ini (Kemenkes RI, 2021). Tingginya angka kematian tersebut mencerminkan besarnya beban kesehatan yang tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga memberikan tekanan terhadap sistem pelayanan kesehatan secara keseluruhan.

Lebih lanjut, berdasarkan hasil Survei Kesehatan Nasional tahun 2023, prevalensi penyakit jantung di Indonesia tercatat sebesar 0,85%. Namun, angka prevalensi ini tidak seragam di seluruh wilayah Indonesia. Sebagai contoh, di Sumatera Barat, prevalensi penyakit jantung mencapai 0,87%, sedikit lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata nasional (Kemenkes RI, 2023). Hal ini menunjukkan adanya variabilitas geografis dalam kejadian penyakit jantung yang perlu mendapatkan perhatian lebih lanjut, terutama dalam upaya pengendalian penyakit jantung di tingkat regional.

Salah satu jenis penyakit jantung yang paling umum adalah penyakit jantung koroner (PJK). Penyakit Jantung Koroner (PJK) terjadi ketika arteri

jantung tidak dapat mengalirkan darah yang kaya akan oksigen secara optimal ke otot jantung. Kondisi ini juga dikenal sebagai penyakit arteri koroner atau penyakit jantung iskemik. (*National Heart, Lung, and Blood Institute*, 2023)

Di Indonesia, angka kematian akibat PJK diperkirakan mencapai 1,25 juta jiwa pada tahun 2020 (Kemenkes RI, 2024). Tingginya insiden PJK dipengaruhi oleh beberapa faktor, termasuk sosial ekonomi, tingkat pendidikan, kesadaran akan kesehatan, pola hidup yang tidak sehat serta hambatan dalam mengakses layanan kesehatan juga berkontribusi pada peningkatan kejadian PJK (Suarningsih & Suindrayasa, 2020).

Meskipun penyakit jantung sering dianggap sebagai penyakit lansia, trend terbaru menunjukkan peningkatan kasus pada usia muda. Data Riskesdas 2023 mengungkapkan bahwa penyakit jantung ditemukan pada usia 15-24 tahun dengan prevalensi 0,11%. (Kemenkes RI, 2023). Penelitian *American College of Cardiology* (2019) menunjukkan bahwa satu dari lima pasien serangan jantung berusia di bawah 40 tahun, dengan peningkatan 2% per tahun dari 2000 hingga 2016. Hal ini menunjukkan bahwa kelompok usia muda tidak terhindar dari risiko ini. Selain itu, penelitian terdahulu juga menemukan sebanyak 59% dewasa muda memiliki satu atau lebih faktor risiko penyakit jantung (Kuklina et al., 2010).

Peningkatan kasus PJK pada usia muda berkaitan erat dengan gaya hidup modern yang mendorong perilaku tidak (Kemenkes RI, 2021). Pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan tingginya tingkat stres

menjadi faktor utama yang meningkatkan prevalensi PJK pada generasi muda (Kemenkes RI, 2021).

Urbanisasi dan perkembangan teknologi juga memperburuk kondisi ini, karena penggunaan perangkat digital yang tinggi dan pekerjaan yang lebih banyak dilakukan dalam posisi duduk menyebabkan aktivitas fisik harian menurun drastis (Susanti & Kholisoh, 2018). Situasi ini diperparah oleh minimnya upaya pencegahan penyakit PJK serta minimnya pengetahuan individu terkait faktor risiko PJK (Kaminsky et al., 2022).

Faktor risiko penyakit jantung koroner (PJK) terbagi menjadi dua kategori, yaitu faktor yang dapat diubah dan faktor yang tidak dapat diubah. Faktor yang dapat diubah mencakup gaya hidup dan kebiasaan yang berkontribusi terhadap risiko PJK, seperti kurangnya aktivitas fisik, gangguan kualitas tidur, kebiasaan merokok, tingkat stres yang tinggi, serta pola makan yang tidak sehat. Sementara itu, faktor yang tidak dapat diubah meliputi aspek yang tidak bisa dikendalikan, seperti usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, serta faktor genetik yang terkait dengan ras dan etnis. *(National Heart, Lung, and Blood Institute*, 2023).

Perilaku pencegahan untuk mengurangi risiko penyakit jantung koroner melibatkan penerapan gaya hidup yang sehat (Kaminsky et al., 2022). Berdasarkan indeks *Health Promotion Lifestyle Profile II* oleh Walker et al. (1996) terdapat enam subskala yang dapat digunakan untuk mengetahui pola perilaku hidup sehat, yaitu tanggung jawab kesehatan, aktivitas fisik, nutrisi, perkembangan spiritual, hubungan interpersonal dan manajemen stress.

Pada tahun 2020, *American Heart Association* juga telah mengembangkan pedoman kesehatan yang disebut *Life's Simple 7*, yang dirancang untuk meningkatkan kesehatan kardiovaskular secara keseluruhan dan mengurangi risiko PJK (Manjari Regmi & Marco A. Siccardi, 2023). Pencegahan penyakit jantung koroner meliputi kebiasaan sehat seperti diet yang baik, penghentian merokok, olahraga teratur, manajemen hipertensi, pengendalian berat badan, dan pengelolaan kadar glukosa darah.

Beberapa penelitian menemukan bahwa perilaku pencegahan penyakit jantung koroner dikalangan mahasiswa masih terbatas. Misalnya, penelitian di Turki menunjukkan implementasi dalam aktivitas fisik, merokok dan pola makan sehat masih kurang, dengan 44,6% tidak memenuhi aktivitas fisik yang dianjurkan, 20,6% kebiasaan merokok dan 16,5% sering mengonsumsi makanan cepat saji, (Aydin et al., 2021).

Sejalan dengan itu, penelitian di Malaysia juga menunjukkan bahwa hanya 44,6% mahasiswa yang melakukan aktivitas fisik yang cukup untuk pencegahan penyakit jantung. Selain itu, 16,5% mahasiswa mengonsumsi makanan cepat saji secara teratur. Temuan ini mencerminkan perilaku pencegahan yang masih kurang optimal di kalangan mahasiswa, (Lim et al., 2021). Penelitian terhadap mahasiswa keperawatan di Universitas Andalas, menunjukkan sebagian besar mahasiswa keperawatan mengonsumsi kolesterol secara berlebih yaitu 57,3%. Temuan ini menunjukkan perilaku pencegahan PJK dikalangan mahasiswa keperawatan Universitas Andalas masih rendah khusus nya pada konsumsi makanan berkolestrol (Maghfuroh, 2021).

Beberapa penelitian telah membuktikan adanya hubungan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan PJK. Sebuah studi yang dilakukan di masyarakat umum menemukan bahwa 50,8% responden memiliki tingkat pengetahuan tinggi tentang PJK, dan 60,3% menunjukkan perilaku pencegahan yang positif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan masyarakat tentang PJK, semakin besar kemungkinan mereka untuk melakukan tindakan pencegahan yang efektif (Yogyanti, 2022).

Lebih lanjut, sebuah studi yang dilakukan oleh Indrawati, (2014) menemukan 55,9% responden memiliki pengetahuan yang baik, dan 55,9 % responden memiliki kemampuan yang baik dalam melakukan pencegahan. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan penyakit jantung koroner. Penelitian lain yang meneliti mahasiswa teknik juga menemukan sebanyak 65,1 % mahasiswa menunjukkan pengetahuan yang kurang terhadap PJK, dan mayoritas responden 79,7 % memiliki perilaku pola makan yang negatif, Hasil penelitian ini menunjukkan arah kecenderungan mahasiswa berpengetahuan kurang dan memiliki perilaku yang negatif. Hal ini menegaskan bahwa pengetahuan mengenai faktor risiko PJK berkorelasi dengan perilaku pencegahan pada mahasiswa (Umara et al., 2023).

Sikap juga mempengaruhi perilaku kesehatan. Penelitian di kalangan masyarakat umum menunjukkan bahwa mereka dengan sikap mendukung akan lebih aktif dalam melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin dan terlibat dalam kegiatan olahraga teratur, tidak menkonsumsi makanan cepat saji

(Komariah et al., 2021). Sejalan dengan itu, sebuah studi yang dilakukan oleh Indrawati (2014) menunjukkan 67,6 % responden memiliki sikap yang positif dan 59% responden dapat melakukan pencegahan PJK. Hal ini menunjukkan bahwa ada kolerasi antara sikap dengan perilaku pencegahan PJK.

Namun, penelitian-penelitian terdahulu juga menunjukkan adanya ketidakkonsistenan dalam temuan. Tidak semua individu dengan pengetahuan yang baik menunjukkan perilaku pencegahan yang positif. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Maghfuroh (2021) di Fakultas keperawatan Universitas Andalas menunjukkan bahwa meskipun mahasiswa kesehatan memiliki pengetahuan baik tentang PJK, tidak semua dari mereka menerapkan pola hidup sehat, terutama terkait konsumsi makanan tinggi kolesterol yang menjadi salah satu faktor risiko utama penyakit jantung koroner.

Studi yang dilakukan oleh Nirwasita, (2022) pada siswi SMA N Punung Pacitan juga menujukkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan penyakit jantung koroner. Hal ini sejalan dengan peelitian yang dilakukan oleh Tiksnadi et al., (2018) pada kader kesehatan di Kecamatan Jatinangor juga menemukan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan penyakit jantung koroner. Penelitian ini juga menemukan bahwa tidak ada hubungan antara sikap individu dengan perilaku pencegahan jantung koroner.

Dengan meningkatnya prevalensi PJK pada usia muda, pencegahan faktor risikonya sejak dini menjadi sangat penting untuk dilakukan, Mahasiswa yang umumnya berada pada periode usia dewasa awal, mulai memiliki

tanggung jawab kesehatan terkait perkembangan fisik, mental dan sosial (Ramadhanti, 2024).

Dalam konteks mahasiswa kesehatan, ada asumsi bahwa mereka lebih mungkin menerapkan perilaku sehat karena latar belakang pendidikan mereka. Penelitian sebelumnya menemukan bahwa pengetahuan mahasiswa kesehatan tentang penyakit jantung koroner cukup baik, Namun masih ditemukan mahasiswa dengan pengetahuan yang baik memiliki perilaku pencegahan yang kurang baik (Chairiyah, 2021). Selain itu, dengan pendidikan yang mereka peroleh, mahasiswa kesehatan dapat berkontribusi sebagai edukator di masyarakat. Penelitian yang dilakukan oleh Subiyanto dkk., (2024) tentang Efektifitas edukasi penyakit jantung koroner dalam upaya prepentif di RW 01 Pejaten timur Jakarta Selatan menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan secara langsung kepada masyarakat mampu meningkatkan pengetahuan mereka tentang penyakit PJK.

Universitas Andalas memiliki beberapa Fakultas kesehatan yaitu Fakultas Kedokteran, Kedokteran Gigi, Kesehatan Masyarakat, Farmasi, Keperawatan. Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan untuk mengetahui gambaran perilaku pencegahan penyakit jantung koroner pada mahasiswa kesehatan Universitas Andalas peneliti melakukan wawancara kepada 11 mahasiswa untuk mengkaji gambaran awal terhadap perilaku pencegahan penyakit jantung koroner. Hasil yang didapatkan yaitu 63 % responden mengaku kadang-kadang memeriksakan tanda dan gejala tidak wajar ke tenaga kesehatan, 54 % responden mengaku tidak pernah mengikuti program

olahraga, dan 36% mengaku kadang-kadang mengikuti program olahraga. Selain itu, 36% responden mengaku tidak pernah memilih makanan diet rendah lemak, lemak jenuh, dan kolesterol, 45% responden mengaku kadang-kadang membatasi konsumsi gula dan makanan manis mengandung gula dan 54% responden mengaku kadang-kadang memiliki waktu tidur yang cukup. Hasil studi pendahuluan ini menujukkan masih rendahnya perilaku pencegahan PJK oleh mahasiswa kesehatan di Universitas Andalas.

Mahasiswa dari Fakultas ini seharusya telah memiliki pengetahuan dan sikap yang baik karena telah mendapatkan materi tentang PJK yang merupakan bagian dari kurikulum pendidikan. Sehingga menjadikan mahasiswa kesehatan memiliki tingkat pengetahuan yang lebih tinggi dan sikap yang lebih baik terhadap perilaku pencegahan penyakit jantung koroner. Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan tingkat pengetahuan dan sikap dengan perilaku pencegahan penyakit jantung koroner pada mahasiswa kesehatan di Universitas Andalas.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan tingkat pengetahuan dan sikap dengan perilaku pencegahan penyakit Jantung Koroner Pada Mahasiswa Kesehatan di Universitas Andalas.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan sikap dengan perilaku pencegahan penyakit jantung koroner pada mahasiswa kesehatan di Universitas Andalas.

2. Tujuan khusus

   Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

   a. Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan mahasiswa kesehatan di Universitas Andalas mengenai pencegahan penyakit jantung koroner.
   b. Mengetahui gambaran sikap mahasiswa kesehatan di Universitas Andalas mengenai pencegahan penyakit jantung koroner.
   c. Mengetahui gambaran perilaku pencegahan penyakit jantung koroner mahasiswa kesehatan di Universitas Andalas terhadap pencegahan penyakit jantung koroner
   d. Mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan penyakit jantung koroner pada mahasiswa kesehatan di Universitas Andalas
   e. Mengetahui hubungan antara sikap dengan perilaku pencegahan penyakit jantung koroner pada mahasiswa kesehatan di Universitas Andalas

D. Manfaat Penelitian

1. Untuk Instansi Pendidikan

   Penelitian ini dapat menjadi landasan bagi institusi pendidikan, khususnya fakultas kesehatan, dalam merumuskan program dan kebijakan yang mendukung gaya hidup sehat secara komprehensif. Hasil penelitian ini diharapkan mendorong kampus untuk menyediakan layanan kesehatan yang lebih mudah diakses mahasiswa, seperti pemeriksaan kesehatan rutin dan konseling terkait risiko PJK. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi dalam penyusunan kebijakan kampus sehat, seperti penyediaan makanan sehat.

2. Untuk Direktur Kemahasiswaan

   Penelitian ini dapat menjadi acuan bagi Direktur Kemahasiswaan untuk mengoptimalkan peran Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) dalam kampanye pencegahan PJK. Dengan memanfaatkan UKM yang bergerak di bidang kesehatan, olahraga, dan lingkungan, hasil penelitian ini dapat mendukung pelaksanaan kegiatan promotif dan preventif seperti pemeriksaan kesehatan berkala, olahraga rutin, penyuluhan pola makan sehat, serta kampanye kesehatan melalui media sosial.

3. Untuk Mahasiswa

   Penelitian ini memberikan informasi yang berguna bagi mahasiswa mengenai pentingnya pengetahuan dan sikap dalam membentuk perilaku pencegahan penyakit jantung koroner. Mahasiswa diharapkan termotivasi untuk menerapkan gaya hidup sehat, menjaga keseimbangan antara

aktivitas akademik dan kesehatan, serta lebih aktif mengikuti program kesehatan yang diselenggarakan di lingkungan kampus. Selain itu, hasil penelitian ini dapat mendorong mahasiswa untuk menjadi agen perubahan dalam menyebarkan gaya hidup sehat di lingkungan sekitarnya.

4. Untuk Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi awal bagi penelitian-penelitian lanjutan yang ingin mengkaji lebih dalam tentang faktor-faktor lain yang berhubungan dengan pencegahan PJK pada mahasiswa. Peneliti berikutnya dapat mengeksplorasi pengaruh dukungan sosial, motivasi internal, tingkat stres, serta pengaruh kebijakan kampus terhadap perilaku pencegahan PJK. Selain itu, penelitian ini dapat diperluas dengan melibatkan responden dari institusi pendidikan lain untuk mendapatkan hasil yang lebih representatif secara nasional.

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA