

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Penyakit jantung koroner (PJK) merupakan salah satu bentuk penyakit kardiovaskular yang menjadi penyebab utama kematian di dunia. Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2022, sekitar 19,8 juta orang meninggal setiap tahun akibat penyakit kardiovaskular, dengan 85% di antaranya disebabkan oleh serangan jantung dan stroke (World Health Organization, 2025).

Tren global menunjukkan bahwa PJK tidak hanya mengancam kelompok usia lanjut. *American College of Cardiology* (ACC) melaporkan bahwa proporsi serangan jantung pada usia muda (<40 tahun) meningkat sekitar 2% setiap tahun selama 10 tahun terakhir (Napoli, 2019). Angka tersebut menunjukkan bahwa PJK menjadi ancaman serius terhadap kesehatan global, termasuk bagi kelompok usia produktif. Fenomena ini berkaitan erat dengan gaya hidup modern, seperti meningkatnya konsumsi makanan cepat saji, kebiasaan sedentary, dan tingginya stres akibat tuntutan akademik maupun pekerjaan.

Di Indonesia, penyakit jantung merupakan salah satu penyebab kematian tertinggi. Survei Kesehatan Indonesia 2023 menunjukkan, bahwa prevalensi penyakit jantung koroner berdasarkan diagnosis dokter pada usia 15-24 tahun mencapai 0,11% atau sekitar 139.891 jiwa (Trihono et al., 2023). *Institute for Health Metrics and Evaluation* (IHME) juga melaporkan

bahwa angka kematian akibat PJK meningkat 28,3% dari seluruh angka kematian di Indonesia pada tahun 2009-2019, ini menandakan tren yang mengkhawatirkan (Rabbany, 2024).

Provinsi Sumatera Barat termasuk wilayah dengan prevalensi penyakit jantung yang lebih tinggi dari angka nasional. Data Survei Kesehatan Indonesia 2023 mencatat prevalensi sebesar 0,87% di provinsi ini (Trihono et al., 2023). Fakta ini menegaskan pentingnya penelitian dan intervensi kesehatan di wilayah ini, terutama pada kelompok usia muda mengingat proporsi serangan jantung pada usia muda meningkat sekitar 2% setiap tahun dan prevalensi PJK pada usia muda mencapai 0,11%.

Beberapa penelitian terkait risiko penyakit jantung koroner pada kelompok usia produktif telah dilakukan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Roslaeni et al., (2019) untuk mengetahui risiko PJK pada usia dewasa awal yaitu 17-23 tahun menunjukkan hasil 0,53% responden beresiko rendah, 0,34% responden beresiko sedang dan 0,13% responden beresiko tinggi mengalami PJK. Selanjutnya, hasil penelitian oleh Hidayat, (2022) ditemukan adanya mahasiswa yang telah terdiagnosa medis menderita gangguan kardiovaskular. Beberapa hasil penelitian diatas mendukung pentingnya dilakukan penelitian terkait PJK pada kelompok usia produktif.

Untuk menurunkan angka kasus PJK pada usia produktif, salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan mengadakan program kesehatan dari pemerintah seperti program skrining dini dan deteksi risiko PJK. Informasi dari Kementerian Kesehatan RI dalam program *Ayo Sehat* juga

menegaskan bahwa penyakit jantung kini menjadi ancaman serius di Indonesia, dengan angka kejadian yang terus meningkat setiap tahunnya (Kemenkes RI, 2021). Peningkatan ini tidak terlepas dari rendahnya upaya pencegahan dan tingginya prevalensi faktor risiko seperti hipertensi, diabetes, obesitas, dan kebiasaan merokok di masyarakat.

Pencegahan merupakan salah satu upaya menurunkan angka kejadian suatu penyakit, termasuk penyakit jantung koroner (Marniati et al., 2021). Upaya pencegahan penyakit jantung koroner dapat berupa perubahan gaya hidup seperti penghentian kebiasaan merokok, pola makan sehat, olahraga teratur, serta pemeriksaan kesehatan rutin (Triyono et al., 2021).

Beberapa penelitian telah menunjukkan pentingnya perilaku pencegahan penyakit jantung koroner. Hasil penelitian yang dilakukan kepada kelompok usia diatas 15 tahun menunjukkan aktivitas fisik terbukti berperan penting dalam pencegahan penyakit jantung koroner, sebagaimana terlihat hasil penelitian menunjukkan prevalensi penyakit jantung koroner lebih tinggi pada mereka yang jarang bergerak dibandingkan dengan mereka yang aktif bergerak (Setyaji et al., 2018). Hasil penelitian lainnya menunjukkan bahwa merokok, aktivitas fisik serta konsumsi buah dan sayur merupakan prediktor signifikan untuk penyakit jantung koroner. Ini menunjukkan bahwa perilaku memainkan peran penting dalam pencegahan penyakit jantung koroner (Hartopo et al., 2023).

Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Ali, (2025) pada mahasiswa kesehatan di Universitas Andalas menunjukkan perilaku

pencegahan dalam kategori sedang (46,7%) dan hasil penelitian yang dilakukan oleh Umara et al., (2023) pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Tangerang menunjukkan perilaku pola makan yang buruk. Hal ini menunjukkan bahwa masih rendahnya perilaku pencegahan penyakit jantung koroner pada mahasiswa.

Berdasarkan beberapa hasil penelitian tersebut, menunjukkan bahwa perlunya upaya pencegahan penyakit jantung koroner, karena upaya pencegahan terbukti berpengaruh dengan kejadian penyakit jantung koroner. Hasil penelitian menyebutkan bahwa tanpa penerapan gaya hidup sehat, risiko penyakit kardiovaskular akan meningkat secara signifikan, mengakibatkan penurunan kualitas hidup dan produktivitas seseorang (Rippe, 2019). Hal ini berarti apabila tidak dilakukannya upaya pencegahan pada penyakit jantung koroner, maka akan meningkatkan risiko penyakit tersebut. Untuk melakukan upaya pencegahan pada penyakit jantung koroner tentunya diperlukan pengetahuan tentang penyakit jantung koroner itu sendiri termasuk pengetahuan tentang faktor risikonya.

Pengetahuan yang baik mengenai faktor risiko PJK merupakan aspek yang sangat penting dalam upaya pencegahan dan pengendalian PJK dan seharusnya dapat mempengaruhi perilaku pencegahan, seperti olahraga teratur, pemeriksaan kesehatan rutin, pengaturan pola makan, dan pengendalian stres. Faktor risiko PJK terbagi menjadi faktor yang tidak dapat dimodifikasi (usia, jenis kelamin, riwayat keluarga) dan faktor yang dapat dimodifikasi (hipertensi, hiperlipidemia, obesitas, diabetes, merokok,

kurang aktivitas fisik). Faktor risiko yang dapat dimodifikasi berkontribusi besar terhadap kejadian PJK, sehingga pencegahan sejak dini dapat menurunkan angka kejadian (Ikhsan, 2022).

Namun penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan tidak selalu berbanding lurus dengan praktik perilaku sehat. Seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Tiksnnadi et al., (2018) mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan dan sikap yang baik, namun sangat sedikit responden yang memiliki perilaku yang baik mengenai faktor risiko PJK, sehingga tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan sikap dan perilaku kader kesehatan terhadap faktor risiko PJK (Tiksnnadi et al., 2018). Selain itu, hasil penelitian pada mahasiswa Universitas Islam Internasional Malaysia (UIIM) menunjukkan bahwa meskipun tingkat pengetahuan cukup tinggi, tetapi tidak menunjukkan adanya hubungan dengan sikap atau perilaku (Ibrahim et al., 2016).

Penelitian di Universitas Andalas oleh Maghfuroh (2021) menemukan bahwa banyak mahasiswa keperawatan salah menjawab pertanyaan mengenai faktor risiko PJK yang dapat dimodifikasi, khususnya terkait aktivitas fisik. Hal ini membuktikan bahwa meskipun berada di lingkungan pendidikan kesehatan, mahasiswa belum sepenuhnya memahami tentang pentingnya faktor risiko tertentu (Maghfuroh, 2021). Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa masih rendahnya tingkat pengetahuan tentang faktor risiko PJK pada kalangan mahasiswa keperawatan.

Mahasiswa merupakan kelompok usia dewasa awal yang sangat penting diperhatikan dalam konteks pencegahan penyakit jantung koroner (PJK). Pada tahap usia ini mahasiswa mulai mandiri dalam menentukan pilihan gaya hidup, namun seringkali pengetahuan mereka tentang kesehatan kardiovaskular masih terbatas. Kondisi tersebut dapat memicu munculnya perilaku yang tidak mendukung kesehatan jantung, seperti kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi kolesterol, kurangnya aktivitas fisik, serta pola tidur yang tidak teratur akibat tuntutan akademik. Berdasarkan hasil penelitian pada mahasiswa keperawatan fakultas ilmu keperawatan di Universitas Muhammadiyah Jakarta, 32,4% mahasiswa melaporkan pola makan tinggi lemak, dan 52,9% mahasiswa memiliki kadar kolesterol total di atas normal, hal ini menggambarkan tingginya kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak dan makanan berkolesterol yang dilakukan oleh mahasiswa tersebut (Muhammad, 2023). Selanjutnya, Survei Kesehatan Indonesia 2023 menunjukkan, bahwa prevalensi kadar kolesterol total pada usia 15-24 tahun mencapai 83,1% atau sekitar 158 jiwa (Trihono et al., 2023). Hasil temuan ini mendukung dilakukannya penelitian pada mahasiswa di Sumatera Barat, karena dikenal memiliki ragam kuliner tradisional yang cenderung tinggi lemak, santan dan berkolesterol.

Dari uraian ini terlihat adanya kesenjangan penelitian, penelitian lebih berfokus pada pasien dengan PJK dan mahasiswa keperawatan, sementara kesehatan jantung perlu diperhatikan oleh seluruh mahasiswa tanpa terkecuali. Selain itu, penelitian yang ada masih cenderung fokus pada

satu aspek perilaku pencegahan, seperti aktivitas fisik, diet dan kebiasaan merokok. Faktor lain seperti manajemen stres dan kepatuhan pemeriksaan kesehatan rutin belum banyak diteliti secara komprehensif, padahal semua faktor tersebut berperan dalam pencegahan PJK.

Universitas Andalas memiliki 15 fakultas yaitu Fakultas Kedokteran, Fakultas Kedokteran Gigi, Fakultas Keperawatan, Fakultas Farmasi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Fakultas Teknik, Fakultas Hukum, Fakultas Pertanian, Fakultas Teknologi Pertanian, Fakultas Peternakan, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Fakultas Ilmu Budaya, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik dan Fakultas Teknologi Informasi. Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan tentang faktor risiko dan gambaran perilaku pencegahan penyakit jantung koroner pada mahasiswa Universitas Andalas, peneliti memberikan kuisioner kepada 11 mahasiswa Universitas Andalas yang berisi pertanyaan yang mewakili setiap subskala pada *Heart Disease Fact Questionnaire* (HDFQ) dan *Health Promoting Lifestyle Profile II (HPLP II)*.

Hasil yang didapatkan yaitu 63,6% responden salah pada pertanyaan “seseorang pasti akan sadar jika memiliki penyakit jantung”, 36,4% salah pada pertanyaan “jika gula darah anda tinggi selama beberapa bulan, hal itu dapat menyebabkan kadar kolesterol anda naik dan meningkatkan risiko penyakit jantung”, 36,4% salah pada pertanyaan “gula darah yang tinggi menyebabkan beban tambahan pada jantung”, 54,5% responden salah pada

pertanyaan “seseorang yang menderita diabetes dapat mengurangi risiko terkena penyakit jantung jika dia menjaga kadar gula darahnya tetap terkendali”, 45,5% responden tidak pernah memeriksakan tanda atau gejala tubuh yang tidak wajar kepada dokter atau tenaga kesehatan, 72,7% responden kadang-kadang berolahraga selama 20 menit atau lebih setidaknya tiga kali dalam seminggu, 54,5% responden tidak pernah memilih makanan diet rendah lemak, lemak jenuh dan kolesterol dan 54,5% responden kadang-kadang memiliki waktu tidur yang cukup. Hasil studi pendahuluan ini menunjukkan bahwa masih rendahnya tingkat pengetahuan tentang faktor risiko dan perilaku pencegahan PJK pada mahasiswa Universitas Andalas.

Dengan demikian, diperlukan penelitian pada usia produktif yang secara khusus mengkaji tentang perilaku pencegahan PJK dan hubungannya dengan tingkat pengetahuan tentang faktor risiko pada mahasiswa di Universitas Andalas. Penelitian ini penting karena dapat memberikan gambaran empiris tentang sejauh mana pengetahuan mahasiswa mempengaruhi perilaku pencegahan mereka.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan tingkat pengetahuan tentang faktor risiko dengan perilaku pencegahan penyakit jantung koroner pada mahasiswa Universitas Andalas?

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan tingkat pengetahuan tentang faktor risiko dengan perilaku pencegahan penyakit jantung koroner pada mahasiswa Universitas Andalas.

### 2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

- a. Diketahui gambaran tingkat pengetahuan tentang faktor risiko penyakit jantung koroner pada mahasiswa Universitas Andalas.
- b. Diketahui gambaran perilaku pencegahan penyakit jantung koroner pada mahasiswa Universitas Andalas.s
- c. Diketahui gambaran hubungan tingkat pengetahuan tentang faktor risiko dengan perilaku pencegahan penyakit jantung koroner pada mahasiswa Universitas Andalas.

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Untuk Keilmuan

Penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang keperawatan dan kesehatan preventif, dengan memberikan bukti empiris mengenai hubungan tingkat pengetahuan tentang faktor risiko penyakit jantung koroner dengan perilaku pencegahan.

### 2. Untuk Instansi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi masukan dalam melaksanakan program edukasi kesehatan khususnya di Universitas Andalas dan dapat

dijadikan dasar dalam mengembangkan kegiatan promosi kesehatan, seminar, maupun penyuluhan yang lebih terarah kepada mahasiswa.

### **3. Untuk Mahasiswa**

Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman mengenai pentingnya perilaku pencegahan PJK sejak dini dan hubungannya dengan tingkat pengetahuan tentang faktor risiko. Dengan demikian, mahasiswa Universitas Andalas khususnya tidak hanya memperoleh manfaat bagi kesehatan pribadi, tetapi juga mampu menjadi agen perubahan dalam lingkungannya melalui gaya hidup sehat dan perilaku preventif.

### **4. Untuk Peneliti Selanjutnya**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai data awal maupun referensi untuk memperluas cakupan penelitian. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat dilakukan pada populasi yang lebih luas seperti masyarakat umum, sehingga hasilnya semakin komprehensif dan aplikatif dalam upaya menurunkan angka kejadian penyakit jantung koroner.

