

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari penelitian yang telah dilakukan kepada 394 orang responden mengenai hubungan persepsi risiko dengan perilaku kesehatan terkait penyakit jantung koroner pada mahasiswa di Universitas Andalas, didapatkan beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Persepsi risiko penyakit jantung koroner pada mahasiswa diukur menggunakan *Perception of Risk of Heart Disease Scale* (PRHDS) yang menunjukkan rata-rata sebesar 42,69. Pada hasil penelitian ini dimensi dengan nilai tertinggi adalah *unknown risk*, sedangkan yang terendah adalah *dread risk*. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung belum memahami risiko penyakit jantung koroner secara jelas dan belum memandang penyakit tersebut sebagai ancaman yang serius.
2. Perilaku kesehatan responden berdasarkan instrumen *Health Promotion Lifestyle Profile II* (HPLP II) menunjukkan rata-rata sebesar 2,34. Nilai indikator tertinggi yaitu pada pertumbuhan spiritual dan indikator terendah ada pada tanggung jawab kesehatan yang menunjukkan perilaku kesehatan mahasiswa masih belum optimal, terutama dalam aspek tanggung jawab terhadap kesehatan diri.
3. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi risiko dan perilaku kesehatan tentang penyakit jantung koroner pada mahasiswa ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa persepsi risiko bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi perilaku kesehatan.

A. Saran

1. Bagi Keilmuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu khususnya dalam bidang kesehatan terkait persepsi risiko penyakit jantung koroner dan perilaku kesehatan pada mahasiswa. Diharapkan data penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai data dalam penyusunan dan pengembangan program intervensi keperawatan yang berorientasi pada pembentukan perilaku kesehatan sejak usia muda dan program peningkatan persepsi risiko pada mahasiswa.

2. Bagi Instansi Pendidikan

Institusi pendidikan diharapkan dapat meningkatkan program promosi kesehatan dan kebijakan yang mendukung gaya hidup sehat di lingkungan kampus. Kegiatan yang dapat dilaksanakan meliputi skrining kesehatan gratis secara berkala seperti pemeriksaan tekanan darah dan kadar kolesterol bagi mahasiswa, lalu promosi kesehatan melalui penyajian kasus nyata dan testimoni terkait PJK pada usia muda untuk meningkatkan kesadaran dan persepsi risiko mahasiswa serta penyediaan fasilitas yang memadai dan penyelenggaraan program olahraga rutin bagi mahasiswa di lingkungan Universitas Andalas.

3. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan meningkatkan kesadaran terhadap faktor risiko penyakit jantung koroner sedari dini dengan menerapkan perilaku hidup sehat seperti menjaga pola makan seimbang, meningkatkan aktivitas fisik, menghindari kebiasaan merokok, serta memeriksakan kesehatan secara berkala. Selain itu, penting untuk menyeimbangkan kegiatan akademik dengan aktivitas fisik juga menjaga pola tidur

dan menghindari kebiasaan makan makanan cepat saji guna menurunkan risiko terjadinya penyakit jantung koroner di masa mendatang.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji variabel persepsi risiko secara komprehensif dengan mempertimbangkan faktor seperti pengetahuan, pengalaman, gaya hidup, tingkat stress, peran keluarga maupun pengaruh lingkungan sosial di luar kampus. Penelitian lebih lanjut dapat menggunakan metode penelitian yang berbeda dan mengembangkan model penelitian dengan memasukkan seluruh komponen *Health Belief Model*, agar memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai faktor yang memengaruhi perilaku kesehatan mahasiswa.

