

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Indonesia saat ini tengah menghadapi *triple burden of disease*, dimana penyakit menular belum sepenuhnya teratasi, sementara penyakit tidak menular (PTM) cenderung terus meningkat. Peningkatan PTM diikuti oleh pergeseran pola penyakit, jika dulu penyakit jenis ini biasanya dialami oleh kelompok usia lanjut, namun sekarang mulai mengancam kelompok usia produktif (Kemenkes RI, 2020). Salah satu penyakit PTM adalah kardiovaskular yang terus-menerus menempati peringkat pertama di Indonesia adalah penyakit jantung koroner (Ghani, Susilawati, & Novriani, 2016). Penyakit Jantung Koroner merupakan penyakit jantung yang paling ditakuti masyarakat dikarenakan penyakit ini bisa menyebabkan kematian secara mendadak. Kondisi ini terjadi ketika dinding arteri koronaria menyempit atau terjadi penyumbatan oleh pembentukan material lemak secara gradual (Setyaji, Prabandari, & Gunawan, 2018). Penyakit Jantung Koroner adalah penyakit yang disebabkan adanya plak yang menumpuk di dalam arteri koroner yang berfungsi mensuplai oksigen ke otot jantung (NIH, 2019).

Penyakit jantung dan pembuluh darah menjadi salah satu penyumbang angka morbiditas dan mortalitas. Setiap tahunnya diperkirakan 17 juta orang secara umum meninggal akibat penyakit jantung dan pembuluh darah terutama akibat serangan jantung (WHO, 2020). Indonesia juga memiliki prevalensi kematian tinggi akibat penyakit jantung koroner. Penyakit jantung koroner di Indonesia menjadi urutan kedua penyebab kematian masyarakat Indonesia setelah penyakit stroke. Angka kejadian penyakit jantung koroner di Indonesia diperkirakan 15 dari 1.000 penduduk Indonesia yang menderita penyakit jantung koroner, adapun penyakit jantung koroner mengakibatkan kematian kurang lebih sekitar 510.840 orang (Kemenkes RI, 2018). Prevalensi penyakit jantung koroner berdasarkan diagnosis dokter di Indonesia sebesar 1,5% dengan peringkat prevalensi tertingginya di Provinsi Kalimantan Utara (2,2 %), Yogyakarta (2%), Gorontalo (2%), selain ketiga provinsi ini, terdapat provinsi lainnya dengan prevalensi yang lebih tinggi dibandingkan prevalensi nasional yaitu provinsi Sumatera Barat dengan prevalensi 1,6% (Riskesdas, 2018).

Menurut Riskesdas (2018) prevalensi penyakit jantung berdasarkan diagnosis dokter pada kelompok umur 35-44 tahun sebanyak 1,3%, usia 45-54 tahun sebanyak 2,4%, dan usia 55-64 tahun sebanyak 3,9%. Menurut Kemenkes RI (2014) penderita PJK banyak ditemukan pada kelompok usia 45-54 tahun, 55-64 tahun, dan 65-74 tahun. Namun

demikian berdasarkan diagnosis/gejala, PJK cukup banyak pula ditemukan pada penduduk kelompok usia 15-24 tahun.

Data statistik kematian di Indonesia didominasi oleh PJK dan 25% dari setiap 1000 kematian tersebut diakibatkan oleh tingginya kolesterol yang risikonya hampir menyerupai risiko penyakit kardiovaskular di Amerika (Coconuts, 2015). Dari penelitian tersebut menambahkan bahwa kebudayaan Indonesia yang beragam juga terlihat dari makanannya, namun seperti daging merah, santan, gorengan atau makanan berminyak, dan lainnya, menjadi bahan dasar pokok umum dari makanan tersebut.

Kadar kolesterol yang tinggi dalam darah merupakan permasalahan yang serius karena merupakan salah satu risiko terjadinya penyakit jantung koroner (Yoeantafara & Martini, 2017). Salah satu faktor penyebabnya adalah banyak mengonsumsi makanan yang mengandung lemak. Lemak yang dikonsumsi mengandung banyak kolesterol dan trigliserida yang menjadi salah satu komponen kadar lemak dalam darah yang dapat menyebabkan risiko PJK di usia remaja yang sering mengonsumsi makanan berkolesterol (Fathila, L, Edward, Z & Rasyid, 2015). Kadar kolesterol yang berlebihan mengakibatkan terjadinya penimbunan lemak di sekitar pembuluh darah jantung.

Kadar kolesterol yang normal harus dibawah 200 mg/dl (Sihotang, 2019). Pada usia remaja nilai kolesterol dalam tubuh yang mencapai 200 mg/dl sudah dinyatakan tinggi dan berpotensi besar menyebabkan

penyakit jantung koroner (Aldo, A., Umboh, A., & Mantik, 2014). Sebanyak 15% usia remaja mengalami kolesterol tinggi dan sekitar 1,5% dari remaja yang memiliki kolesterol tinggi karena kondisi tersebut juga ada di dalam keluarga mereka (Aldo, A., Umboh, A., & Mantik, 2014). Menurut studi pendahuluan yang dilakukan oleh Laila, Arina., Winarni, Sri., & Anam (2018) dengan jumlah mahasiswa/i 38 orang, didapatkan hasil mahasiswi yang mengalami kolesterol lebih dari normal yaitu 11 orang (28%), sedangkan mahasiswa yang mengalami kolesterol lebih dari normal yaitu 4 orang (11%).

Asupan tinggi lemak melalui *junk food* dan lemak hewani menyebabkan meningkatnya kadar kolesterol total secara pesat. Konsumsi lemak yang meningkat dikhawatirkan akan meningkatkan kadar kolesterol total dalam darah. Kadar kolesterol total dalam darah jika dibiarkan meningkat maka akan menempel pada dinding pembuluh darah, menyumbat dan menyebabkan penyakit jantung koroner (Setiawan, Budi, S.T.W, 2017). Seiring dengan terjadinya peningkatan konsumsi makanan berkolesterol akan meningkatkan risiko terjadinya penyakit tidak menular di usia muda seperti penyakit jantung koroner.

Menurut Riskesdas tahun 2013, proporsi nasional penduduk dengan perilaku konsumsi makanan berlemak, berkolesterol, dan makanan gorengan lebih dari sama dengan 1 kali per hari sebesar 40,7%. Lima provinsi tertinggi diatas rata-rata nasional adalah Jawa Tengah (60,3%), Yogyakarta (50,7%), Jawa Barat (50,1%), Jawa Timur (49,5%), dan untuk

Sumatera Barat menempati peringkat ke 12 dengan rata-rata (34,3%). Penelitian terhadap 656 responden di 4 kota besar yaitu Jakarta, Bandung, Yogyakarta, dan Padang ditemukan bahwa keadaan displidemia berat (kolesterol total lebih dari sama dengan 240 mg/dl) paling banyak di kota Padang dan Jakarta (M.Zen Rahfiludin, 2017). Penelitian lain juga menyebutkan data prevalensi hiperkolesterolemia lebih tinggi pada etnis Minangkabau sebesar 59,21% dibandingkan dengan etnis Sunda yakni 43,84%. Latar belakang gaya hidup sangat berkaitan dengan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kadar kolesterol dalam darah.

Nutrisi adalah input makanan ke dalam tubuh, sebagai kebutuhan tubuh, dan sebagai fondasi untuk kesehatan dan perkembangan tubuh sejak lahir (WHO, 2015). Nutrisi yang baik dan seimbang dikatakan sebagai bagian dari gaya hidup yang mana individu secara rutin mengonsumsi makanan yang adekuat dan baik, dikombinasikan dengan aktivitas fisik. Sebaliknya, nutrisi yang tidak baik akan merugikan tubuh, meningkatkan risiko penyakit tertentu, penurunan imunitas, ketidakseimbangan perkembangan seseorang baik fisik maupun mental hingga penurunan produktivitas (Nowson, C, A. O'Connell, 2015). Mengonsumsi *junk-food*, makanan cepat saji, proses memasak yang serba instan, menjadikan makanan menjadi tidak berfungsi dengan baik di dalam tubuh. Akibatnya, penyakit jantung koroner yang diakibatkan oleh gaya hidup yang buruk termasuk mengonsumsi makanan yang tidak baik, menempati peringkat atas sebagai penyakit mematikan di dunia.

Seiring dengan berkembangnya zaman dan modernisasi yang terus terjadi menyebabkan perubahan pola dan gaya hidup terutama mahasiswa maupun remaja di perkotaan. Perubahan pola dan gaya hidup yang terjadi salah satunya banyak restoran makan cepat saji yang menjual makanan mengandung kolesterol tinggi. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Tobelo et al., didapatkan hasil bahwa masih banyak mahasiswa yang sering mengonsumsi makanan ringan sebagai cemilan sebanyak 47,2%, dan mahasiswa yang suka makan makanan instan (*fast food*) sebanyak 33,3%. Penelitian yang sama oleh Purnama N (2020) dalam (Tobelo et al., 2021) dari hasil penelitiannya didapatkan responden lebih memilih makanan cepat saji sebanyak 44,8%. Menurut Magdalena (dalam Purnama, 2020) menjelaskan bahwa mahasiswa mempunyai kebiasaan makan tidak sehat karena melupakan dengan kebutuhan gizi yang seimbang dan lebih menyukai makanan yang berkolesterol. Sedangkan menurut Kemenkes RI (2019) kebutuhan zat gizi lemak yang dianjurkan per harinya untuk usia remaja yaitu sebesar 89 gram untuk laki-laki dan 71 gram untuk perempuan. Asupan lemak yang lebih dari 30% dari total kebutuhan dapat mempengaruhi terjadinya gangguan metabolisme lemak dalam darah sehingga dianjurkan untuk mengonsumsi lemak tidak lebih dari 30% dari total kebutuhan energi (Kurniawati, 2015).

Untuk dapat melaksanakan nutrisi yang baik dan seimbang untuk kesehatan jantung, dapat didasari oleh pengetahuan yang baik. Tingkat pengetahuan dan pendidikan seseorang memiliki hubungan dengan tingkat

pemahaman, pengetahuan, dan kesadaran sebuah informasi dari pengalaman atau studi formal (Bolisani, E., & Bratianu, 2017). Terciptanya tingkat pengetahuan didapatkan dari pengalaman yang pernah dilakukan dan lingkungan yang mendukung secara interpersonal yang berhubungan dengan penyebaran informasi (Lee, D. W., Hong, Y.C., Min, K.B., Kim, M.S., & Kang, 2016). Sebuah penelitian dilakukan untuk melihat gambaran pengetahuan nutrisi tenaga kesehatan terhadap risiko kardiovaskular. Hasilnya dua pertiga dari mereka belum mampu mempraktikkan strategi nutrisi yang baik terhadap tindakan preventif kardiovaskular termasuk penyakit jantung koroner, yang sudah mereka pelajari sebelumnya di universitas (Nowson, C, A. O'Connell, 2015).

Pengetahuan menurut Notoatmojo (2010) didefinisikan sebagai suatu domain kognitif dalam proses belajar mengajar yang mencakup seluruh perilaku intelektual. Pengetahuan mengacu pada perpaduan nilai-nilai, pengalaman, informasi kontekstual, dan wawasan ahli yang memberikan kerangka untuk mengevaluasi dan menggabungkan pengalaman baru dan informasi (Peng, 2013). Pengetahuan mengenai risiko penyakit jantung koroner dapat mengurangi angka kejadian penyakit jantung koroner. Tingkat pengetahuan yang kurang mengenai risiko pada penyakit jantung koroner, berkurangnya kesadaran pencegahan penyakit jantung koroner dapat meningkatkan timbulnya penyakit jantung lainnya seperti gagal jantung, nyeri dada, serta keparahan penyakit penyerta

jantung koroner (Virtanen, M., Vahtera, J., Singh-Manoux, A., Elovainio, M., Ferrie, J. E., & Kivimaki, 2018).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan kepada mahasiswa/i fakultas keperawatan Universitas Andalas dengan 11 orang yang dilakukan pada bulan April 2021 dimana rata-rata usia mahasiswa 20-22 tahun dengan jenis kelamin perempuan. Dari 11 orang mahasiswi didapatkan hasil bahwa dalam kehidupan sehari-harinya sering mengonsumsi makanan berkolesterol seperti gorengan, makanan cepat saji, makanan bersantan, dll. Dari segi tingkat pengetahuannya, rata-rata mahasiswi yang dilakukan survey masih banyak yang menjawab salah dari pertanyaan-pertanyaan dasar mengenai penyakit jantung koroner.

Melalui pendidikan, diharapkan mahasiswa keperawatan mampu memiliki pengetahuan yang baik sebagai dasar untuk melakukan upaya preventif. Pengetahuan PJK meliputi pemahaman mengenai kewaspadaan, persepsi, atau konsepsi dari patofisiologi PJK secara umum, faktor risiko, manifestasi klinis, tindakan preventif, dan pengobatan yang berhubungan dengan PJK (Murfin, 2010). Pengetahuan yang baik mengenai penyakit jantung koroner sangat penting untuk mahasiswa keperawatan karena mereka adalah penyedia layanan kesehatan yang akan bertugas dimasa depan (Sadasivam, K., Nagarajan, PK., & Ramjaj, 2016).

Mahasiswa keperawatan yang nantinya akan menjadi perawat memiliki tugas dan tanggung jawab untuk menekan faktor risiko sehingga

prevalensi PJK bisa menurun. Untuk menunjang hal tersebut diperlukan adanya pengetahuan yang adekuat mengenai nutrisi terhadap risiko penyakit jantung koroner. Hal ini menunjukkan bahwa peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang tingkat pengetahuan mengenai risiko penyakit jantung koroner akibat mengkonsumsi makanan kolesterol tinggi pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Andalas.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan tingkat pengetahuan tentang faktor risiko penyakit jantung koroner dengan konsumsi makanan kolesterol pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Andalas?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang faktor risiko penyakit jantung koroner dengan konsumsi makanan berkolesterol pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Andalas

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi :

- a. Gambaran karakteristik mahasiswa S1 Keperawatan (jenis kelamin, usia, angkatan, dan budaya)
- b. Gambaran tingkat pengetahuan mahasiswa S1 Keperawatan mengenai faktor risiko penyakit jantung koroner

- c. Gambaran tingkat pengetahuan mahasiswa S1 Keperawatan mengenai risiko PJK yang berkaitan dengan konsumsi makanan kolesterol
- d. Hubungan tingkat pengetahuan mahasiswa S1 Keperawatan mengenai faktor risiko PJK dengan konsumsi makanan berkolesterol
- e. Hubungan tingkat pengetahuan mahasiswa S1 Keperawatan mengenai risiko PJK berkaitan dengan makanan berkolesterol dengan konsumsi makanan berkolesterol

D. Manfaat Penelitian

1. Untuk Keilmuan

Memberikan masukan yang dapat memperkaya pengembangan ilmu Keperawatan dalam meningkatkan pengetahuan mengenai pencegahan penyakit jantung koroner pada lingkup kesehatan.

2. Untuk Instansi

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan evaluasi kurikulum mengenai pentingnya mahasiswa keperawatan S1 memiliki pengetahuan yang baik dalam pencegahan risiko PJK akibat konsumsi makanan berkolesterol.

3. Untuk Peneliti Selanjutnya

Menjadi dasar bagi pengembangan penelitian mengenai penyakit jantung koroner dan kolesterol. Penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi dasar bagi peneliti selanjutnya dengan topik yang sama.

