

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit Jantung Koroner (selanjutnya disebut PJK) adalah penyakit pembuluh darah yang menyuplai makanan dan oksigen untuk otot jantung mengalami sumbatan. Kondisi penyumbatan atau penyempitan di dinding arteri koroner ini karena ada endapan lemak atau kolesterol. Penyebabnya yaitu perubahan pola hidup, pola makan, dan stres. Sumbatan atau endapan lemak yang secara bertahap menumpuk di dinding arteri, proses pengendapan ini disebut aterosklerosis. Aterosklerosis menyebabkan pasokan darah ke jantung berkurang sehingga menyebabkan nyeri dada yang disebut angina. Nyeri dada dapat di sebabkan karena aktifitas fisik, stres atau emosi, anemia dan udara dingin. Penyakit jantung koroner dapat memberikan manifestasi klinis yang berbeda-beda seperti keringat dingin bersamaan nyeri dada, berdebar-debar, dan sesak nafas. Komplikasi lain yang diakibatkan oleh PJK yaitu langina, serangan jantung, gagal jantung dan denyut jantung tidak teratur atau aritmia (Kurnia & Prayogi, 2015).

Berdasarkan data SKI pada tahun 2023 prevalensi penyakit jantung di Indonesia usia 15-24 tahun sebesar 0,11%. Data ini memberikan gambaran umum tentang seberapa luas penyakit jantung menyebar di berbagai wilayah di Indonesia pada periode tersebut. Faktor-faktor seperti pola makan, gaya hidup, dan lingkungan dapat memengaruhi prevalensi penyakit jantung korner.

Identifikasi faktor risiko Penyakit jantung koroner (PJK) sangat bermanfaat untuk perencanaan intervensi pencegahan. Berbagai penelitian telah berhasil mengidentifikasi faktor-faktor risiko penyakit jantung koroner antara lain herediter, usia, jenis kelamin, sosio ekonomi, letak geografi, makanan tinggi lemak dan kalori, kurang makan sayur buah, merokok, alkohol, hipertensi, obesitas, diabetes mellitus dan aktifitas fisik kurang (Ghani *et al.*, 2016).

Prevalensi PJK lebih banyak ditemukan pada kelompok orang yang tidak melakukan aktivitas fisik berat dibandingkan dengan mereka yang jauh lebih aktif. Mayoritas penderita penyakit ini juga merupakan kelompok orang yang kurang aktif secara fisik (Yunanto Setyaji *et al.*, 2018). Adanya penurunan

aktivitas fisik dikalangan remaja sudah banyak tercatat pada berbagai negara bahkan di Indonesia. Hal ini menjadi kekhawatiran karena menjadi faktor risiko berbagai penyakit dimasa dewasa nanti. Berbagai faktor yang dapat memicu terjadinya penurunan aktivitas fisik dikalangan remaja yaitu dengan adanya perkembangan teknologi yang menyebabkan hampir semua orang memanfaatkan waktu luangnya didepan layar *gadget* dan cenderung hidup dengan gaya sedentari yang rendah aktivitas fisik. Berdasarkan permasalahan tersebut, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang bagaimana gambaran aktivitas fisik dan pengetahuan mengenai faktor risiko penyakit jantung pada Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Riau (Apriyatmoko & Aini, 2020).

1.2 Rumusan masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana gambaran aktivitas fisik dan pengetahuan mengenai faktor risiko penyakit jantung koroner pada Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Riau

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui bagaimana aktivitas fisik dan pengetahuan Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Riau tentang faktor risiko penyakit jantung.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui aktivitas fisik Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Riau terkait faktor risiko penyakit jantung koroner.
2. Mengetahui Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Riau mengenai faktor risiko penyakit jantung.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Ilmiah

1. Memberikan wawasan yang lebih baik kepada Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Riau tentang faktor risiko penyakit jantung dapat meningkatkan kesadaran kesehatan mereka.

2. Menyediakan landasan untuk penelitian lebih lanjut guna mendalami faktor risiko penyakit jantung di kalangan mahasiswa dan mengembangkan strategi pencegahan yang lebih spesifik.

1.4.2 Manfaat Praktisi

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk merancang program edukasi yang sesuai, membantu mahasiswa mengelola dan mengurangi faktor risiko penyakit jantung. Dengan memahami faktor risiko, mahasiswa dapat mengambil langkah-langkah pencegahan primer, seperti perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan yang sehat.