

## **BAB V**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

Yayasan Jantung Indonesia Provinsi Riau berdiri sejak tahun 1999 dimana pada saat itu jumlah pengurusnya terdiri dari Pembina, Penasehat, Badan Pengurus/Pengurus Harian, Pengurus Badan Pelaksana/Bagian Penerangan dan Penyuluhan, Bagian Bantuan Medis, Badan Pelaksana Daerah Tingkat I KJS, dan Seksi-seksi. Kepengurusan Yayasan Jantung Indonesia Cabut Riau ditetapkan pertama kali melalui surat keputusan badan pengurus pusat Yayasan Jantung Indonesia oleh ketua umum Ny. K. Akbar Tanjung No. 25/YJI/SK/X/1999 tanggal 13 Oktober 1999.

Yayasan Jantung Indonesia (*Indonesia Heart Foundation*) adalah lembaga nirlaba yang fokus kepada peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat akan pentingnya upaya pencegahan penyakit jantung dan pembuluh darah melalui pemasyarakatan panca usaha jantung sehat.

Perkembangan Yayasan Jantung Indonesia Riau dari sisi organisasi sampai saat ini, Yayasan Jantung Indonesia Tingkat Kabupaten berjumlah 1 kabupaten yaitu kabupaten Indragiri Hulu, sedangkan jumlah klub jantung sehat (KJS) yang ada di kabupaten ada 3 KJS, dan klub jantung sehat yang ada di kota pekanbaru, sebanyak 10 klub jantung sehat, dengan jumlah anggota 500 orang dan jumlah klub jantung sehat Remaja (KJR) yang ada di wilayah Provinsi Riau sebanyak 1 KJR dengan anggota berjumlah 50 orang.

Dilihat dari aktivitas yang dilakukan oleh Yayasan Jantung Indonesia Riau yang pernah dilakukan yaitu :

1. Seminar jantung
2. Pelatihan P1,LTJS dan BHD
3. Pemeriksaan kesehatan gratis
4. Pengukuran tekanan darah secara massal
5. Mengikuti lomba-lomba senam di tingkat nasional
6. Pembentukan klub-klub jantung sehat di instansi pemerintah dan kelompok masyarakat
7. Dan mengikuti Jambore Nasional Yayasan Jantung Indonesia

Kegiatan rutinitas yang dilakukan oleh yayasan jantung Indonesia provinsi riau adalah secara aktif mengadakan senam jantung sehat yang dilakukan oleh bidang preventif setiap minggunya yang dipandu oleh para pelatih senam, Untuk peserta yang mengikuti senam jantung dari masyarakat umum bahkan banyak remaja maupun orang dewasa yang mengikutinya senam tersebut.

## 5.2 Karakteristik Responen

Table 3 Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
<b>Usia</b>		
15-24 tahun	24	47,1%
25-34 tahun	27	52,9%
<b>Jenis kelamin</b>		
Laki-laki	27	52,9%
Perempuan	24	47,1%
<b>Tingkat Pendidikan</b>		
Sd	4	7,8%
Smp	6	11,8%
Sma/Smk	25	49%
S1	16	31,4%
<b>Riwayat Diagnosa</b>		
Terdiagnosa	0	0 %
Tidak terdiagnosa	51	100%
<b>Riwayat Merokok</b>		
Merokok	27	52,9%
Tidak merokok	24	47,1%
<b>Total</b>	<b>51</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan karakteristik berdasarkan usia yaitu sebanyak (52,9%) berada diusia 25-34 tahun, Usia adalah umur individu yang dihitung mulai dari saat dilahirkan sampai berulang tahun bertambahnya umur seseorang, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Hasil penelitian Kim *et al.*,( 2021) yang berkaitan dengan data menunjukkan bahwa responden berada pada usia rata-rata 25-34 tahun dengan presentase (52,9%). Faktor resiko penyakit jantung koroner meningkat seiring bertambahnya usia. Hal ini terjadi karena penumpukan plak didalam arteri koroner seperti serum lipid yang menyebabkan volume plak total tahunan cenderung meningkat secara signifikan. Selain itu, kelompok usia termuda cenderung lebih sedikit

mengalami penyakit jantung koroner dan kematian dibandingkan dengan kelompok usia lainnya.

Resiko penyakit jantung koroner meningkat seiring bertambahnya faktor usia. Simptomatologi klinis dapat terlihat dini pada usia dua decade, namun kasus penyakit jantung koroner meningkat pada usia 30-50 tahun, dan lebih dari 50% korban serangan jantung berusia 65 tahun atau lebih. Oleh karena itu, penting untuk memahami peran faktor usia dalam resiko penyakit jantung koroner dan mengambil tindakan dalam pencegahan yang tepat, terutama pada individu yang telah memasuki usia lanjut. Upaya untuk meningkatkan gaya hidup sehat, serta pemantauan kesehatan secara rutin menjadi langkah penting untuk mencegah dan mengurangi resiko penyakit jantung koroner (Marleni & Alhabib 2018).

Berdasarkan jenis kelamin ditemukan bahwa 52% berjenis kelamin laki-laki, dan 48% berjenis kelamin perempuan. Laki-laki lebih cenderung berisiko terkena penyakit jantung koroner dibanding perempuan dikarenakan faktor hormonal. Kadar testoteron pada laki-laki menurun seiring bertambahnya usia dan aktivitas. Kadar estrogen yang rendah dan androgen yang tinggi merupakan faktor risiko penyakit jantung koroner pada wanita sedangkan faktor risiko pada pria yaitu kadar estrogen yang tinggi dan rendahnya testosterone. Wong (2021) juga melaporkan bahwa aterosklerosis terjadi pada 3 dari 10 individu yang belum didiagnosis jantung koroner dan lebih tinggi pada laki-laki dari pada perempuan.

Untuk tingkat pendidikan terakhir responden sebanyak 49% yaitu tingkat Sma/Smk. Pendidikan seseorang mempengaruhi pengetahuan, sikap dan cara pengambilan keputusan. Hal ini sejalan dengan penelitian Ammouri (2018) di Oman yang menunjukkan bahwa dengan bertambahnya usia dan tingkat pendidikan, semakin bertambahnya pengetahuan dan pemahaman akan kesehatan yang mempengaruhi cara pandang terhadap konsep sehat dan sakit dalam usaha meningkatkan derajat kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kategori tidak terdiagnosa dan terdiagnosa ditemukan bahwa banyak responden yang tidak terdiagnosa penyakit jantung koroner yaitu sebanyak 100%.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kategori riwayat merokok ditemukan banyak responden yang mengkonsumsi rokok sebanyak 52,9% dalam persentasi tersebut jumlah yang mengkonsumsi identik dengan laki-laki dari hasil penelitian ini sejalan dengan Djunaidi (2014) adanya hubungan signifikansi kebiasaan merokok terhadap penyakit

jantung koroner. Seseorang yang merokok akan menghirup asap dari pembakaran rokok yang menyebabkan berkurangnya kadar oksigen yang masuk sehingga mendorong jantung untuk bekerja lebih berat. Merokok dapat meningkatkan kolesterol dan asam lemak bebas yang mengakibatkan pembuluh darah di jantung mengalami penyempitan. faktor resiko kebiasaan merokok mempunyai hubungan untuk terjadinya penyakit jantung koroner. Kandungan dalam rokok memompa jantung untuk bekerja lebih keras sehingga lama kelamaan dapat menyebabkan penyakit jantung koroner.

Berdasarkan hasil penelitian ini, Merokok merupakan faktor resiko utama penyakit jantung, termasuk serangan jantung dan stroke, dan sangat berkaitan dengan penyakit jantung koroner, sehingga berhenti merokok dapat mengurangi resiko serangan jantung. Merokok meningkatkan resiko serangan jantung sebanyak 2 hingga 3 kali lipat. Sekitar 24% pria meninggal karena penyakit jantung koroner, dan 11% wanita meninggal karena merokok. Salah satu yang memprihatinkan adalah maraknya perokok dikalangan anak muda, khususnya anak perempuan. Dibandingkan dengan bukan perokok, orang yang tidak merokok dan yang tinggal bersama perokok (perokok pasif) memiliki resiko penyakit sebesar 20% hingga 30%. Resiko terjadinya penyakit jantung koroner akibat merokok berkaitan dengan dosis dimana orang yang merokok 20 batang rokok atau lebih dalam sehari memiliki resiko sebesar terjadinya penyakit jantung koroner (Supriyono, 2018).

### 5.3 Tingkat Pengetahuan

Tabel 4 Kategori Pengetahuan

<b>Kategori</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Baik	4	7,8%
Cukup baik	4	7,8%
Kurang baik	43	84,3%
<b>Total</b>	<b>51</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 4 diatas menunjukkan kategori tingkat pengetahuan sebanyak 43 responden dengan presentase 84,3%, untuk tingkat pengetahuan baik dan cukup baik sebanyak 4 responden dengan presentase 8%. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan tentang pencegahan penyakit jantung koroner masih kurang baik. Penelitian ini didukung dengan Suratun (2022) pendidikan kesehatan adalah pendekatan yang sangat efektif untuk mempengaruhi individu, kelompok, atau masyarakat agar mengetahui faktor resiko, penyebab, tanda gejala, dan langkah-langkah pencegahan penyakit jantung koroner.

Peningkatan angka penderita jantung koroner setiap tahun disebabkan kurangnya pengetahuan masyarakat tentang pencegahan penyakit jantung koroner maka upaya untuk melakukannya juga kurang baik.

Hasil penelitian yang sejalan dengan Risprawati (2019) yang menyatakan bahwa pengetahuan rendah mempunyai minat membaca yang rendah pula, akibatnya banyak yang harus diketahui menjadi tidak tahu termasuk tidak mengetahui tentang penyakit khususnya penyakit jantung koroner. Bila pengetahuan rendah maka upaya pencegahan penyakit jantung koroner dengan cara menjalani pola hidup sehat juga akan rendah ( Risprawati *et al.*, 2019).

Tabel 5 Hasil Jawaban Kuisisioner Responden

No	Pertanyaan	Benar	%	Salah	%
1	Seseorang selalu tahu bahwa dirinya menderita penyakit jantung koroner	35	68,6	16	31,4
2	Apakah ada anggota keluarga yang menderita penyakit jantung koroner, maka anda beresiko terkena penyakit jantung koroner	19	37,3	32	62,7
3	Semakin tua umur seseorang, semakin besar resiko terjadinya penyakit jantung koroner	26	51	25	49
4	Merokok adalah salah satu faktor resiko terjadinya penyakit jantung koroner	21	41,2	30	58,8
5	Seseorang yang berhenti merokok akan mengurangi faktor resiko menderita penyakit jantung koroner	24	47,1	27	52,9
6	Tekanan darah tinggi adalah salah satu faktor resiko terjadinya penyakit jantung koroner	19	37,3	32	62,7
7	Menjaga tekanan darah tetap normal akan mengurangi faktor resiko seseorang terkena penyakit jantung koroner	22	43,1	29	56,9
8	Kolestrol tinggi adalah salah satu faktor resiko terjadinya penyakit jantung koroner	19	37,3	32	62,7
9	Apabila kolesterol baik (HDL) anda tinggi, anda beresiko terkena penyakit jantung koroner	36	70,6	15	29,4
10	Apabila kolesterol jahat (LDL) anda tinggi, anda beresiko terkena penyakit jantung koroner	12	23,5	39	76,5
11	Mengonsumsi makanan berlemak tinggi tidak akan mempengaruhi kadar kolesterol anda	32	62,7	19	37,3
12	Kondisi tubuh yang overweight / gemuk akan meningkatkan faktor resiko terkena penyakit jantung koroner	24	47,1	27	52,9
13	Aktivitas fisik teratur akan menurunkan resiko terkena penyakit jantung koroner	15	29,4	36	70,6
14	Hanya berolahraga diGYM atau tempat fitness yang akan menurunkan resiko terkena penyakit jantung koroner	33	64,7	18	35,3

15	Berjalan kaki dan berkebun merupakan latihan yang disarankan untuk menurunkan resiko terkena penyakit jantung koroner	18	35,3	32	64,7
16	Kadar gula darah yang tinggi membuat jantung bekerja lebih keras	21	41,2	30	58,8
17	Seseorang yang terkena diabetes dapat menurunkan faktor resiko terkena penyakit jantung koroner apabila kadar gula darahnya tidak terkontrol	26	51	25	49

Berdasarkan Tabel 5 menunjukkan Seseorang tidak selalu tahu bahwa dirinya menderita penyakit jantung koroner sebanyak (31,4%). Berdasarkan hasil penelitian responden yang tidak mengetahui bahwa dirinya sedang menderita penyakit jantung koroner atau beresiko tinggi terkena penyakit jantung koroner dikarenakan masyarakat kurang terpapar edukasi dan belum pernah melakukan pemeriksaan dirumah sakit (Azriana *et al.*, 2019).

Apabila kolesterol baik (HDL) anda tinggi, anda beresiko terkena penyakit jantung koroner ( 29,4%). Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian yang menjelaskan kadar kolesterol HDL yang tinggi memberi pengaruh yang baik bagi tubuh. HDL merupakan jenis kolesterol yang bersifat baik, berfungsi mengangkut kolesterol yang berlebihan yang terdeposit didalam pembuluh darah maupun jaringan tubuh (Sindrom *et al.*, 2021). Hal ini didukung dengan semakin tinggi kadar HDL, maka akan semakin besar pula kapasitas untuk memindahkan kolesterol dan mencegah terjadinya aterosklerosis, namun sebaliknya jika kadar HDL rendah maka semakin besar resiko terkena penyakit jantung koroner dalam menerapkan pola hidup yang sehat dan makan yang seimbang.

Mengonsumsi makanan berlemak tinggi tidak akan mempengaruhi kadar kolesterol anda (37,3%). Hasil penelitian yang dilakukan menjelaskan adanya pengaruh mengonsumsi makanan berlemak secara berlebihan dapat mengakibatkan naiknya kadar kolesterol dalam tubuh dapat menyebabkan seseorang menjadi hiperkolestrol (Hamna Vonny Lasanuddin *et al.*, 2022). Hal ini didukung dengan hasil wawancara bahwa masyarakat suka mengonsumsi jeroan, makanan yang bersantan dan kurang mengonsumsi makanan yang berserat.

Kondisi tubuh yang overweight/gemuk akan meningkatkan faktor resiko terkena penyakit jantung koroner (52,9%). Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian yang menjelaskan bahwa resiko penyakit jantung koroner disebabkan oleh obesitas jika IMT melebihi dari batas ideal dan obesitas memiliki resiko 2,7 kali terkena penyakit jantung

koroner dibandingkan dengan orang yang tidak obesitas (Çimen et al., 2020). Hal ini didukung dengan hasil wawancara dimana seseorang tidak memperhatikan makanan yang dikonsumsi sehari-hari dan pola makan yang tidak seimbang, dimana seseorang lebih banyak mengonsumsi makanan cepat saji yang mengandung lemak tanpa memperhatikan berat badan.

Hanya berolahraga di GYM atau tempat fitness yang akan menurunkan resiko terkena penyakit jantung koroner (35,3%). Hasil penelitian menjelaskan olahraga secara rutin menurunkan resiko terjadinya penyakit jantung koroner dikarenakan dapat memperlebar pembuluh darah koroner, menambahkan kapilarisasi jantung (Lestari et al., 2023). Hal ini didukung dengan masyarakat mulai sering mengikuti senam jantung, bersepeda dan lari-lari kecil.

Seseorang yang terkena diabetes dapat menurunkan faktor resiko terkena penyakit jantung koroner apabila kadar gula darahnya tidak terkontrol (49%). Hasil penelitian menjelaskan gula darah yang tidak terkontrol akan meningkatkan terjadinya penyakit jantung koroner mengakibatkan kerusakan pembuluh darah kapiler (Purwandari et al., 2022). Hal ini didukung dengan masyarakat sering mengonsumsi makanan tinggi gula, kurang aktifitas fisik, pola makan yang kurang seimbang dan stress.