

ABSTRAK

Diva Aprilia. Gambaran Faktor Risiko Penyakit Jantung Koroner Pada Mahasiswa Kemenkes Poltekkes Riau. Dibimbing oleh Muharni, SP, M.Gizi

Penyakit jantung di Indonesia mencapai 1,5% pada penduduk semua umur, riwayat keluarga, kebiasaan merokok, kebiasaan makan, status gizi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran faktor risiko penyakit jantung koroner pada mahasiswa Kemenkes Poltekkes Riau. Penelitian ini merupakan penelitian *deskriptif kualitatif*. Desain penelitian yang digunakan adalah cross sectional. Sampel dari penelitian sebanyak 83 orang. Analisis data penelitian dilakukan secara deskriptif. Dari hasil penelitian ditemukan bahwa Sebagian besar responden tidak memiliki riwayat keluarga dengan penyakit (90,36%), meskipun terdapat 4,82% yang tidak mengetahui status riwayat kesehatannya. Status gizi mayoritas responden dalam kategori normal (59%), namun masih ditemukan 19,3% dengan status gizi kurus dan 21,7% mengalami kelebihan berat badan (overweight dan obesitas). Proporsi perokok tergolong rendah, yaitu hanya 12,05%, sementara 87,95% responden tercatat tidak merokok. Hampir seluruh responden selalu mengonsumsi makanan tinggi lemak (96,4%) dan makanan cepat saji (92,7%), konsumsi sayuran dan buah-buahan masih relative rendah (55,4 dan 66,2). Mahasiswa perlu diberikan edukasi khusus mengenai pentingnya menjaga pola makan sehat dengan meningkatkan konsumsi sayur dan buah serta mengurangi makanan cepat saji dan berlemak. Pencegahan ini sangat penting karena masa mahasiswa adalah periode kritis untuk membentuk kebiasaan hidup sehat yang akan memengaruhi risiko penyakit jantung di masa depan

Kata kunci: Penyakit jantung dan mahasiswa

ABSTRACT

Diva Aprilia. Description of Risk Factors for Coronary Heart Disease among Students of the Riau Health Polytechnic. Supervised by Muharni, SP, M.Gizi

Heart disease in Indonesia affects 1.5% of the population across all ages, related to family history, smoking habits, dietary habits, and nutritional status. The purpose of this study is to identify the risk factors for coronary heart disease among students at Kemenkes Poltekkes Riau. This research is a descriptive qualitative study. The research design used is cross-sectional. The sample consisted of 83 individuals. Data analysis was conducted descriptively. The results indicate that the majority of respondents do not have a family history of disease (90.36%), although 4.82% are unaware of their health history. The nutritional status of most respondents falls within the normal category (59%), but 19.3% were found to be underweight, and 21.7% are experiencing overweight (including obesity). The proportion of smokers is relatively low, at only 12.05%, while 87.95% of respondents reported that they do not smoke. Almost all respondents always consume high-fat foods (96.4%) and fast food (92.7%), while the consumption of vegetables and fruits is still relatively low (55.4 and 66.2). Students need to be provided with special education about the importance of maintaining a healthy diet by increasing the consumption of vegetables and fruits and reducing fast and fatty foods. This prevention is very important because the student period is a critical time for forming healthy habits that will influence the risk of heart disease in the future.

Keywords: Heart disease and students