

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan zaman dan modernisasi yang terus terjadi menyebabkan perubahan pola dan gaya hidup masyarakat terutama di daerah perkotaan (Indrawati, 2014). Perubahan pola dan gaya hidup ini salah satunya adalah banyak restoran makan cepat saji yang menjual makanan mengandung kolesterol tinggi dan sedikit mengandung nutrisi. Jika kita terus-menerus mengkonsumsi jenis makanan ini akan berisiko terkena penyakit kardiovaskuler (Amaliah, 2011).

Penyakit kardiovaskuler yang banyak menyebabkan kematian adalah penyakit jantung koroner (PJK) (Sulviana, 2008). PJK adalah suatu keadaan infark otot jantung karena kurangnya suplai darah dan oksigen pada otot jantung. Gangguan keseimbangan ini menyebabkan kerusakan jaringan secara permanen dengan perluasan area jaringan yang rusak. Perluasan area jaringan yang rusak akan berakibat fatal (Udjianti, 2010).

Prevalensi angka kejadian PJK pada umur 20-39 tahun laki-laki 0,8% atau diperkirakan 198.678 orang dan perempuan 0,6% atau diperkirakan sekitar 110.387 orang (*American Heart Association [AHA], 2013*). Menurut data *World Health Organisation (WHO), Department of Measurement and Health Information*, angka kejadian PJK di Asia Tenggara adalah 480 per100.000 dalam satu tahun (Salim dan Nurrohmah, 2013).

Prevalensi PJK berdasarkan diagnosa dokter di Indonesia sebesar 0,5% atau diperkirakan sekitar 160.812 orang dan berdasarkan gejala sebesar 1,5% atau diperkirakan sekitar 482.436. Sedangkan di Yogyakarta angka kejadian PJK sebesar 0,6% atau diperkirakan sekitar 170.334 orang berdasarkan diagnosa dokter dan 1,3% atau diperkirakan sekitar 398.445 orang berdasarkan gejala. Angka tersebut sudah termasuk tinggi tetapi lebih rendah daripada daerah lain seperti Jawa barat, Jawa Timur, dan Maluku Utara (Riset Kesehatan Dasar [Rikesdas], 2013).

Tingginya prevalensi kejadian PJK disebabkan oleh berbagai faktor, baik faktor yang dapat diubah maupun yang tidak dapat diubah. Faktor resiko yang tidak dapat diubah meliputi usia, jenis kelamin, ras, dan riwayat hidup. Kerentanan pada PJK meningkat dengan bertambahnya usia. Hubungan usia dengan penyakit terjadi karena lamanya paparan terhadap faktor-faktor kejadian (Muttaqin, 2009). Angka kejadian PJK 60% dialami oleh laki-laki karena kebanyakan laki-laki pola hidup tidak sehat seperti merokok, makan-makanan yang banyak mengandung kolesterol, dan sebagainya. Sebelum mengalami PJK biasanya akan mengalami penyakit Infrak Miokard Akut (IMA) (Salim dan Nurrohmah, 2013). Faktor yang dapat diubah seperti hiperkolesterolemia >200 mg/dL, merokok sigaret >20 batang/hari, obesitas IMT >25 , hipertensi $>140/90$ mmHg, gaya hidup yang tidak sehat, konsumsi minuman beralkohol, dan stres (Ditjen PP&PL Kemenkes RI, 2011).

Kadar kolesterol total dalam darah melebihi 300 mg/dL akan berisiko tiga hingga lima kali lebih besar mengalami penyakit jantung daripada mereka yang memiliki kadar kolesterol darah 200 mg/dL (Amaliah, 2011). Kolesterol berlebih akan menyebabkan hiperkolesterolemia yang umumnya terjadi pada orang gemuk. Akan tetapi akhir-akhir ini orang kurus pun menderita hiperkolesterolemia. Hal ini diperkuat dengan penelitian Amaliah (2011) yang menyatakan dari 31 responden 9 diantaranya memiliki kadar kolesterol total darah lebih dari 300 mg/dL meskipun memiliki IMT 18,5-22,5 kg/m². Meningkatkan kesadaran mahasiswa mengidentifikasi faktor risiko, bisa dilakukan dengan pencegahan diet rendah kolesterol. Kesadaran mahasiswa terhadap penyakit dapat ditingkatkan melalui tingkat pengetahuan terhadap suatu penyakit (Amaliah, 2011). Oleh karena itu perlu diatasi dengan diet rendah kolesterol dengan mengonsumsi makan-makan yang berserat, berhenti merokok, berolahraga teratur, dan pengobatan untuk kolesterol tinggi (Bull dan Morell, 2007). Hal ini sesuai dalam Al-Quran surat (Al-A'raf: 31) yang intinya makanan bergizi akan dapat banyak memberikan manfaat terhindar dari penyakit dan dari sisi harta juga hemat.

Salah satu upaya pencegahan PJK dapat dilakukan dengan peningkatan tingkat pengetahuan. Hal ini diperkuat dengan penelitian Kuntara (2013) yang menyatakan tingkat pengetahuan tentang penyakit pada usia dewasa awal hasilnya 23 responden dari 59 responden memiliki tingkat pengetahuan kurang baik. Sehingga perlu ditingkatkan lagi untuk pengetahuan terhadap

suatu penyakit pada usia dewasa awal karena pengetahuan merupakan poin penting bagi responden untuk melakukan pencegahan PJK.

Menurut Suliha (2010), perilaku pencegahan sangat berhubungan dengan terjadinya suatu penyakit, jika perilaku pencegahan kurang baik, maka akan memicu resiko terjadinya suatu penyakit. Sebaliknya jika perilaku pencegahan baik maka akan menghilangkan resiko terpajan faktor penyebab. Menurut Indrawati (2014), pendidikan kesehatan merupakan salah satu bentuk dalam membantu perilaku pencegahan karena pendidikan kesehatan dapat membantu dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat. Hal ini diperkuat dengan penelitian Kuntara (2013) yang menyatakan dari 59 responden 29 responden perilaku pencegahan penyakit baik dan 30 responden perilaku pencegahan penyakit kurang baik. Oleh karena itu peningkatan pengetahuan sangat penting pada remaja dalam upaya pencegahan suatu penyakit termasuk diet rendah kolesterol dan PJK.

Pendidikan kesehatan merupakan bentuk kegiatan dan pelayanan keperawatan yang dapat dilakukan di rumah sakit ataupun di luar rumah sakit seperti di sekolah, di tempat ibadah, organisasi masyarakat, dan lain-lain. Pendidikan kesehatan tidak hanya memberikan informasi saja, tetapi yang penting adalah menciptakan kegiatan yang dapat memandirikan seseorang untuk mengambil keputusan terhadap kesehatan yang dihadapi (Nursalam, 2010). Oleh karena itu pendidikan kesehatan merupakan suatu proses perubahan perilaku yang dinamis dengan tujuan mengubah atau

mempengaruhi perilaku manusia yang meliputi komponen pengetahuan, sikap, ataupun praktik yang berhubungan dengan tujuan hidup sehat baik secara individu, kelompok maupun masyarakat, serta merupakan komponen dari program kesehatan (Suliha, 2010). Sesuai dengan Al-Quran Surat Al Mujadalah ayat 11, mengenai adab dalam menuntut ilmu itu penting dan banyak manfaatnya dalam ilmu pengetahuan bagi manusia karena orang yang memiliki ilmu pengetahuan banyak akan ditinggikan derajatnya oleh Allah SWT.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) pada tanggal 19 Oktober 2015 didapatkan hasil dari 13 mahasiswa teknik elektro yang melakukan pengecekan kadar kolesterol darah 9 mahasiswa atau 61% diantaranya hasil kadar kolesterol total >200 mg/dL dengan rata-rata usia 19-21 tahun. Waktu wawancara mengenai kolesterol dan penyakit jantung koroner dari 13 mahasiswa yang melakukan pengecekan 11 mahasiswa atau 85% diantaranya pengetahuan tentang kolesterol dan penyakit jantung koroner kurang, serta saat diberikan pertanyaan mengenai diet rendah kolesterol dari 13 mahasiswa didapatkan 12 mahasiswa atau 92% diantaranya pengetahuan tentang diet rendah kolesterol kurang.

Berdasarkan latar belakang diatas maka upaya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan diet rendah kolesterol dan PJK pada

mahasiswa teknik elektro 2013 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta perlu dilakukan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan diet rendah kolesterol dan PJK pada mahasiswa teknik elektro 2013 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum:

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan diet rendah kolesterol dan PJK.

2. Tujuan Khusus:

- a. Mengetahui data demografi responden.
- b. Mengetahui tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pendidikan kesehatan tentang pengetahuan diet rendah kolesterol dan PJK pada mahasiswa teknik elektro 2013 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta pada kelompok kontrol.
- c. Mengetahui tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pendidikan kesehatan tentang pengetahuan diet rendah kolesterol dan PJK pada mahasiswa teknik elektro 2013 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta pada kelompok intervensi.

- d. Mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukannya intervensi pendidikan kesehatan tentang pengetahuan diet rendah kolesterol dan PJK pada mahasiswa teknik elektro 2013 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta pada kelompok kontrol.
- e. Mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukannya intervensi pendidikan kesehatan tentang pengetahuan diet rendah kolesterol dan PJK pada mahasiswa teknik elektro 2013 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta pada kelompok intervensi.
- f. Mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan setelah dilakukannya intervensi pendidikan kesehatan tentang pengetahuan diet rendah kolesterol dan PJK pada mahasiswa teknik elektro 2013 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini adalah:

1. Bagi Ilmu Keperawatan

Memberikan informasi lebih untuk pengetahuan dan efektivitas pendidikan kesehatan tentang diet rendah kolesterol dan PJK pada mahasiswa teknik elektro 2013 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

2. Bagi Praktik Keperawatan

Sebagai data penunjang tentang diet rendah kolesterol dan PJK pada mahasiswa teknik elektro 2013 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

3. Responden

- a. Mendapatkan informasi kesehatan diet rendah kolesterol dan bahaya PJK.
- b. Dapat melakukan pencegahan secara mandiri sehingga kejadian PJK dapat diminimalkan.

4. Penelitian selanjutnya

Memberikan dasar penelitian berikutnya, terutama yang berhubungan dengan masalah kesehatan terutama yang paling berbahaya dalam upaya pencegahan (*preventive*).

E. Penelitian terkait

Berikut penelitian terkait yang berhubungan dengan penelitian ini:

1. Kurniawati (2014) dengan judul “Pengaruh Edukasi Tentang Penyakit Jantung Koroner Terhadap Skor Kesadaran Bahaya Penyakit Jantung Koroner di Desa Glagah Bantul dan Desa Kerso Jepara”. Jenis penelitian yang digunakan dengan *quasy eksperimental* dengan desain *pre test-post test with control group*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 responden kelompok eksperimen dan 40 responden kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada skor kesadaran *post test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menggunakan uji *mann-whitney* didapatkan nilai signifikannya 0,000 atau $p < 0,05$. Kesimpulan dalam

penelitian ini ada pengaruh edukasi tentang penyakit jantung koroner terhadap skor kesadaran bahaya penyakit jantung koroner.

Perbedaan dari penelitian yang saat ini dilakukan yaitu pada jumlah respondennya, tempat penelitian, umur responden, dan variabel independen yang peneliti gunakan pendidikan kesehatan diet rendah kolesterol dan PJK sedangkan penelitian terkait tentang edukasi tentang PJK, serta variabel dependen peneliti tentang tingkat pengetahuan diet rendah kolesterol dan PJK sedangkan penelitian terkait mengenai skor kesadaran bahaya PJK. Persamaannya terkait dengan jenis penelitian yang digunakan *quasy eksperimental* dengan desain *pre test-post test with control group*, teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling*, dan analisa data dengan uji beda mean.

2. Sulviana (2008) dengan judul “Analisis Hubungan Gaya Hidup dan Pola Makan Dengan Kadar Lipid Darah dan Tekanan Darah Pada Penderita Jantung Koroner”. Jenis penelitian yang digunakan yaitu *cross-sectional Study*. Penelitian ini dilakukan di Instalasi Rawat Jalan RS Persahabatan Jakarta Timur pada bulan April-Juni 2008. Teknik pengumpulan menggunakan *purposive sampling*. Jumlah responden sebanyak 31 orang. Terdapat hubungan signifikan antara umur dengan kadar HDL, status gizi dengan tekanan darah sistolik, dan diastolik. Terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan merokok dengan kadar kolesterol total dan kadar LDL dalam darah.

Perbedaan dari penelitian yang saat ini dilakukan yaitu pada jumlah respondennya, tempat penelitian, umur responden, jenis penelitian pada peneliti menggunakan *quasy eksperimental* sedangkan penelitian terkait menggunakan deskriptif korelasi. Variabel independen yang peneliti pendidikan kesehatan diet rendah kolesterol dan PJK gunakan sedangkan peneliti terkait analisis hubungan gaya hidup dan pola makan serta variabel dependen peneliti tentang tingkat pengetahuan diet rendah kolesterol dan PJK sedangkan penelitian terkait mengenai kadar lipid darah dan tekanan darah pada penderita jantung koroner. Persamaannya pada teknik pengumpulan data *purposive sampling*.