

Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Jantung Koroner Di Puskesmas Banjarsari Kota Metro Tahun 2020

Rika Yulendasari¹, Andoko², Rima Ary Pradisca³

^{1,2}Dosen Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Malahayati

³Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Malahayati

e-mail : rikajeng@yahoo.com, andoko2013@gmail.com

Abstract

Based on data in coronary heart events Metro City 2018 total which is 1,309 new cases. For new diseases 190 men and 22 for women cases, for old cases 369 men and 528 women in 2019 have a very drastic decrease, with total of new and old 229 patients with heart disease, for new diseases which is 32 men and 57 cases and women, for an old cases which is 60 cases for men and 80 cases for women. to known relations between physical activity and family history with coronary heart disease at Puskesmas Banjarsari Metro in 2020. Quantitative research type, analytical survey research plan with cross sectional approach, population and sample in research patients with heart failure are 23 respondents. Univariate and bivariate data analysis used chi square test.

The result is from 23 respondents, 13 respondents (56,5%) with low activity, families at risk which is 14 respondents (55,0%), 12 respondent (52,2%) with coronary heart, results of statistical tests using the chi square test obtained $p\text{-value} = 0,022 (< 0.05)$, $p\text{-value} = 0,006 (< 0.05)$. Results of using the chi square test obtained $p\text{-value} = 0,022 (< 0.05)$ that means there is a relations between physical activity with occurrence coronary heart disease in Puskesmas Banjarsari Kota Metro 2020. Results of using the chi square test obtained $p\text{-value} = 0,006 (< 0.05)$ that means there is a relations between history of family with occurrence coronary heart disease in Puskesmas Banjarsari Kota Metro 2020. For peoples who risk of coronary heart disease (CHD) to behave healthy living by maintaining a diet by consuming foods that conform to diet coronary heart patients, avoid smoking, not consuming alcohol beverages, maintain weight stability and exercise regularly.

Keywords : Knowledge, Self Care, Quality of life.

Abstrak

Berdasarkan data kejadian jantung koroner di Kota Metro tahun 2018 pada berdasarkan jumlah kasus baru dan lama sebanyak 1.309 dengan pembagian penyakit baru, laki-laki sebanyak 190 orang, perempuan sebanyak 22 orang, dan kasus lama, laki-laki sebanyak 369 orang, perempuan sebanyak 528 orang, pada tahun 2019 mengalami penurunan yang sangat drastis, yaitu total pasien jantung baru dan lama sebanyak 229 orang, dengan pembagian penyakit baru, laki-laki sebanyak 32 orang, perempuan sebanyak 57 orang, dan kasus lama, laki-laki sebanyak 60 orang, perempuan sebanyak 80 orang. Penelitian bertujuan mengetahui hubungan aktivitas fisik dan riwayat keluarga dengan kejadian penyakit jantung koroner di Puskesmas Banjarsari Kota Metro Tahun 2020. Jenis penelitian kuantitatif, dengan pendekatan *cross sectional*, populasi dan sampel pasien gagal jantung sebanyak 23 responden. Didapat nilai $p\text{-value} = 0,022 (< 0.05)$ ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian penyakit jantung koroner di Puskesmas Banjarsari Kota Metro Tahun 2020. Dan didapat nilai $p\text{-value} = 0,006 (< 0.05)$ ada hubungan riwayat keluarga dengan kejadian penyakit jantung koroner di Puskesmas Banjarsari Kota Metro Tahun 2020

Bagi seseorang yang mempunyai risiko terserang Penyakit Jantung Koroner (PJK) untuk berperilaku hidup sehat, menjaga pola makan, mengatur konsumsi makanan yang sesuai dengan pola diet penderita PJK, menghindari merokok, tidak mengkonsumsi minuman beralkohol, menjaga kestabilan berat badan dan berolah raga secara teratur.

Kata kunci : Pengetahuan, *Self Care*, Kualitas Hidup

1. PENDAHULUAN

Penyakit kardiovaskular masih menjadi ancaman dunia (*global threat*) dan merupakan penyakit yang berperan utama sebagai penyebab kematian nomor satu di seluruh dunia. Data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan, lebih dari 17 juta orang di dunia meninggal akibat penyakit jantung dan pembuluh darah. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, angka kejadian penyakit jantung dan pembuluh darah semakin meningkat dari tahun ke tahun. Setidaknya, 15 dari 1000 orang, atau sekitar 2.784.064 individu di Indonesia menderita penyakit jantung (PERKENI, 2019).

Diperkirakan bahwa diseluruh dunia, PJK pada tahun 2020 menjadi pembunuh pertama tersering yakni sebesar 36% dari seluruh kematian. Di Indonesia dilaporkan PJK (yang dikelompokkan menjadi penyakit sistem sirkulasi) merupakan penyebab utama dan pertama dari seluruh kematian, yakni sebesar 26,4%, angka ini empat kali lebih tinggi dari angka kematian yang disebabkan oleh kanker (6%). Dengan kata lain, lebih kurang satu diantara empat orang yang meninggal di Indonesia adalah akibat PJK. Selain PJK, PJB merupakan kelainan bawaan yang paling sering ditemukan. Angka kejadian PJB di seluruh dunia diperkirakan mencapai 1,2 juta kasus dari 135 juta kelahiran hidup setiap tahunnya. Dari jumlah tersebut, sekitar 300.000 kasus dikategorikan PJB berat yang membutuhkan operasi kompleks agar dapat bertahan hidup. Sementara di Indonesia, angka kejadian PJB diperkirakan mencapai 43.200 kasus dari 4,8 juta kelahiran hidup (9 : 1000 kelahiran hidup) setiap tahunnya (PERKENI, 2019).

Penyakit jantung koroner menduduki peringkat pertama penyebab kematian di dunia pada tahun 2015. Sebanyak 8,76 juta orang meninggal akibat penyakit jantung koroner pada tahun 2015. Sedangkan untuk di Indonesia berdasarkan data Sample Registration Survey tahun 2014 menunjukkan penyakit jantung koroner merupakan penyebab kematian terbesar kedua di Indonesia dengan persentase sebesar 12,9% setelah stroke (21,1%) dan kemudian diikuti diabetes (6,7%) (Kemenkes RI, 2016).

Berdasarkan data kejadian jantung koroner di Kota Metro tahun 2018 pada berdasarkan jumlah kasus baru dan lama sebanyak 1.309 dengan pembagian penyakit baru, laki-laki sebanyak 190 orang, perempuan sebanyak 22 orang, dan kasus lama, laki-laki sebanyak 369 orang, perempuan sebanyak 528 orang, pada tahun 2019 mengalami penurunan yang sangat drastis, yaitu total pasien jantung baru dan lama sebanyak 229 orang, dengan pembagian penyakit baru, laki-laki sebanyak 32 orang, perempuan sebanyak 57 orang, dan kasus lama, laki-laki sebanyak 60 orang, perempuan sebanyak 80 orang (Dinkes Kota Metro, 2019).

Penyakit Jantung Koroner mempunyai manifestasi berupa nyeri dada yang disebabkan karena adanya penyempitan/penyumbatan pada arteri yang mengakibatkan kurangnya suplai oksigen ke otot jantung, sehingga nyeri dada hampir selalu dicetuskan oleh kondisi dimana terjadi peningkatan beban jantung (kecepatan dan kekuatan denyut jantung), misalnya pada waktu melakukan aktivitas fisik dan stress, jantung bekerja lebih berat karena meningkatnya kebutuhan jantung akan oksigen (Kabo, 2014).

Faktor risiko penyakit jantung koroner terbagi menjadi dua kelompok besar, Faktor risiko penyakit jantung koroner yang tidak dapat dicegah meliputi usia, riwayat

keluarga, jenis kelamin. Sedangkan faktor risiko yang dapat dicegah antara lain : hipertensi, merokok, hipertensi, diabetes melitus, aktivitas fisik pasif, serta obesitas (Brunner & Suddarth, 2013).

Menurut penelitian Shoulifah (2016) terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat keluarga dengan kejadian PJK di RSUD Dr. Kanudjoso Djatiwiowo Balikpapan dengan nilai *Odd Ratio* (OR) sebesar 12,273 artinya responden yang memiliki riwayat keluarga menderita PJK mempunyai resiko menderita PJK 12,273 kali dibandingkan dengan responden yang tidak memiliki riwayat keluarga menderita PJK.

Berdasarkan data prasurvey di Puskesmas Banjarsari Kota Metro, didapat 23 orang dengan riwayat memiliki penyakit jantung koroner, dan sedang menjalani rawat jalan di Puskesmas Banjarsari Kota Metro.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik melakukan dengan judul “Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner Di Puskesmas Kota Metro

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian *kuantitatif*. Penelitian dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Banjar Sari Kota Metro pada bulan Juli 2020. Desain pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah pasien gagal jantung koroner di Puskesmas Banjar Sari Kota Metro sebanyak 23 sampel. Sampel penelitian pasien gagal jantung koroner di Puskesmas Banjar Sari Kota Metro sebanyak 23 sampel. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* Penelitian ini sudah melakukan uji kelaikan etik dengan nomor surat NO. 1046/EC/KEP-UNMAL/VII/2020.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Analisis Univariat

Tabel 3.1

Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik, Riwayat Keluarga dan Kejadian Jantung Koroner Di Puskesmas Metro Kota Metro

Aktivitas Fisik	Frekuensi	(%)
Kurang	13	56,5
Cukup	10	43,5
Total	23	100
Riwayat Keluarga		
Berisiko	14	55
Tidak Berisiko	9	45
Total	23	100
Penyakit Jantung		
Jantung Koroner	12	52,2
Bukan Jantung Koroner	11	47,8
Total	23	100

Sumber : Data Primer 2020

Berdasarkan tabel 3.1 diketahui bahwa distribusi aktivitas fisik dari 23 responden dengan aktivitas kurang sebanyak 13 responden (56,5%), dan aktivitas kurang cukup sebanyak 10 responden (43,5%). Dan berdasarkan riwayat keluarga dari 23 responden dengan riwayat keluarga berisiko sebanyak 14 responden (55,0%), dan tidak berisiko sebanyak 9 responden (45,0%). Kemudian kejadian penyakitl jantung dari 23 responden dengan jantung koroner sebanyak 12 responden (52,2%), dan bukan berisiko sebanyak 11 responden (47,8 %).

3.2. Analisis Bivariat

Tabel 3.2

Hubungan Antara Aktifitas Fisik Dan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner Di Puskesmas Banjarsari Kota Metro Tahun 2020

Aktivitas Fisik	Penyakit Jantung				Total	p value	OR 95% CI	
	Koroner		Bukan Koroner					
	n	%	n	%				
Kurang	10	43,5	3	13,0	13	56,5	0,002	13,333
Cukup	2	8,7	8	34,8	10	43,5		(1,775-10,014)
Total	12	52,2	11	47,8	23	100		
Riwayat Keluarga								
Berisiko	11	47,8	3	13,0	14	60,9	0,006	29,333
Tidak Berisiko	1	4,3	8	34,8	9	39,1		(2,558-36,387)
Total	12	52,2	11	47,8	23	100		

Sumber: Data Primer, 2020

Pada tabel 3.4 dapat dilihat responden dengan aktivitas fisik kurang sebanyak 13 responden (56,5%) dengan jantung koroner sebanyak 10 responden (43,5%) dan bukan koroner 3 responden (13,0%), sedangkan aktivitas fisik cukup sebanyak 10 responden (43,5%) dengan jantung koroner sebanyak 2 responden (8,7%) dan bukan jantung koroner 8 responden (34,8%).

Hasil uji statistik didapat nilai $p\text{-value} = 0,022 (< 0,05)$ yang artinya terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian penyakit jantung koroner di Puskesmas Banjarsari Kota Metro Tahun 2020, dengan nilai $OR = 13,333$ yang artinya responden yang memiliki aktivitas kurang 13 kali berisiko memiliki penyakit jantung koroner.

Sedangkan variabel riwayat keluarga berisiko sebanyak 14 responden (60,9%) dengan penyakit jantung koroner sebanyak 11 responden (47,8%) dan bukan jantung koroner 3 responden (13,0%), sedangkan pada riwayat keluarga tidak berisiko sebanyak 9 responden (39,1%) dengan penyakit jantung koroner sebanyak 1 responden (4,3%) dan bukan jantung koroner sebanyak 8 responden *34,8%)

Hasil uji statistik, didapat nilai $p\text{-value} = 0,006 (< 0,05)$ yang artinya terdapat hubungan antara riwayat keluarga dengan kejadian penyakit jantung koroner di Puskesmas Banjarsari Kota Metro Tahun 2020, dengan nilai $OR = 29,333$ yang artinya responden yang memiliki risiko keluarga jantung koroner akan 29 kali berisiko memiliki penyakit jantung koroner.

3.3. Pembahasan

3.3.1. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner Di Puskesmas Banjarsari Kota Metro Tahun 2020

Hasil uji statistik menggunakan uji *chi square* didapat nilai $p\text{-value} = 0,022 (< 0,05)$ yang artinya terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian penyakit jantung koroner di Puskesmas Banjarsari Kota Metro Tahun 2020, dengan nilai $OR = 13,333$ yang artinya responden yang memiliki aktivitas kurang 13 kali berisiko memiliki penyakit jantung koroner.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tappi Dkk (2012) Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner Di Badan Layanan Umum Rumah Sakit Umum Pusat Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square* dan dengan perhitungan Odds Ratio (OR) maka, terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian PJK di BLU RSUP Prof. dr. R. D. Kandou Manado dimana responden yang memiliki aktivitas fisik yang tidak baik lebih berisiko 4,4 kali dibandingkan yang memiliki aktivitas fisik yang baik dengan nilai $p = 0,001 < 0,05$ (OR 4,4 95% CI : 1,869-10,356)

Sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Majid (2019) Telah dibuktikan bahwa gerakan dapat memperbaiki defisiensi jantung dengan mengurangi kecepatan jantung dan tekanan darah. Dampak terhadap fisiologis yang lain dari kegiatan gerakan ini merupakan kadar kepekatan rendah dari lipid protein, menurunkan kadar glukosa darah, dan memperbaiki *cardiac output*. Dampak positif ini dapat mengurangi kemungkinan penyakit jantung koroner.

Faktor risiko yang dapat diubah adalah merokok, obesitas, kurang aktivitas fisik dan tekanan darah tinggi atau hipertensi (WHO,2012). Aktivitas fisik secara teratur mempengaruhi berat badan seseorang serta menguatkan fungsi dan sistem kerja jantung dan pembuluh darah. Menurut Riskesdas (2013), dikatakan aktivitas fisik “aktif” jika seseorang yang melakukan aktivitas fisik berat atau sedang maupun keduanya, sedangkan untuk “kurang aktif” apabila seseorang tidak melakukan aktivitas fisik sedang dan berat sekalipun. Proporsi aktivitas fisik berdasarkan jenis aktivitas fisik yang kurang aktif secara umum adalah 26,1%.

Aktivitas fisik ringan merupakan jenis aktivitas fisik yang tidak termasuk jenis aktivitas fisik sedang dan/atau maupun aktivitas fisik berat. (Kemenkes RI, 2013). Jenis aktivitas fisik atau kegiatan yang dilakukan akan menentukan kecukupan tingkat aktivitas fisik individu, sehingga berpengaruh terhadap efek proteksi atau penurunan risiko terhadap PJK. Namun mekanisme penurunan risiko ini juga dipengaruhi faktor risiko lainnya seperti umur jenis, kelamin, kebiasaan merokok, obesitas, serta riwayat penyakit penyerta jantung koroner pada individu

3.3.2. Hubungan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner Di Puskesmas Banjarsari Kota Metro Tahun 2020

Hasil uji statistik menggunakan uji *chi square* didapat nilai $p\text{-value} = 0,006 (< 0,05)$ yang artinya terdapat hubungan antara riwayat keluarga dengan kejadian penyakit jantung koroner di Puskesmas Banjarsari Kota Metro Tahun 2020, dengan nilai $OR = 29,333$ yang artinya responden yang memiliki risiko keluarga jantung koroner akan 29 kali berisiko memiliki penyakit jantung koroner.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mutmainah (2019) Gambaran Faktor Risiko Kejadian Penyakit Jantung Koroner. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif kuantitatif, dengan teknik *non random sampling (non probability sampling)* sebagai teknik sampling, dan *total sampling* digunakan sebagai metode pengambilan sampel dengan melibatkan 118 responden. Kategori usia 45-59 tahun 44,95%, riwayat keturunan keluarga 8,5%, laki-laki 53,4%, hipertensi 55,1%, merokok 52,5%, perokok pasif 41,5%, diabetes mellitus 13,6%, aktivitas fisik

sedang 47,5%, tidak obesitas 77,1%. PJK banyak ditemukan pada usia 45-59 tahun, sebagian besar tidak memiliki riwayat keturunan, lebih banyak terjadi pada laki-laki.

Menurut teori Philip *et al* (2012). Berbagai survei epidemiologi telah menunjukkan adanya *predisposisi familial* terhadap penyakit jantung koroner. Hal ini disebabkan karena banyak faktor risiko Penyakit Jantung koroner misalnya hipertensi memiliki dasar genetik multifaktorial (akibat *gen abnormal multipel* yang berinteraksi dengan pengaruh lingkungan). Pengaruh genetik tambahan yang membahayakan mungkin juga terlibat karena predisposisi familial tetap ada bila data epidemiologis dikoreksi terhadap faktor risiko yang telah diketahui. Angka kejadian meningkat pada pasien dengan riwayat *infark miokard* pada ayah atau saudara laki-laki sebelum usia 55 tahun dan ibu atau saudara perempuan sebelum usia 65 tahun.

Faktor *familial* dan genetika mempunyai peranan bermakna dalam patogenesis PJK, hal tersebut dipakai juga sebagai pertimbangan penting dalam diagnosis, penatalaksanaan dan juga pencegahan PJK. Penyakit jantung koroner kadang-kadang bisa merupakan manifestasi kelainan gen tunggal spesifik yang berhubungan dengan mekanisme terjadinya *aterosklerotik*. Penelitian ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa PJK cenderung terjadi pada subyek yang orangtuannya telah menderita PJK dini. Bila kedua orang tuanya menderita PJK pada usia muda, maka anaknya mempunyai resiko tinggi bagi berkembangnya PJK daripada bila hanya seorang atau tidak ada yang menderita PJK (Manning, 1994; Andarmoyo, 2016).

4. KESIMPULAN

- a. Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan dapat ditarik kesimpulan bahwa : Diketahui usia terbanyak dari 23 responden dengan usia terbanyak adalah 12 responden (52,2%), jenis kelamin terbanyak adalah laki-laki sebanyak 14 responden (60,9%), dan pendidikan terbanyak SMA sebanyak 13 responden (56,6%). Dari 23 responden dengan aktivitas kurang sebanyak 13 responden (56,5%), dan aktivitas kurang cukup sebanyak 10 responden (43,5%). Dari 23 responden dengan riwayat keluarga berisiko sebanyak 14 responden (55,0%), dan tidak berisiko sebanyak 9 responden (45,0%). Dari 23 responden dengan jantung koroner sebanyak 12 responden (52,2%), dan bukan berisiko sebanyak 11 responden (47,8 %).
- b. Hasil uji statistik menggunakan uji *chi square* didapat nilai *p-value* = 0,022 (< 0.05) yang artinya terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian penyakit jantung koroner di Puskesmas Banjarsari Kota Metro Tahun 2020.
- c. Hasil uji statistik menggunakan uji *chi square* didapat nilai *p-value* = 0,006 (< 0.05) yang artinya terdapat hubungan antara riwayat keluarga dengan kejadian penyakit jantung koroner di Puskesmas Banjarsari Kota Metro Tahun 2020

SARAN

1. Bagi Responden

Berdasarkan hasil tersebut maka sudah seharusnya bagi seseorang yang mempunyai risiko terhadap terjadinya Penyakit Jantung Koroner (PJK) untuk berperilaku hidup sehat dengan jalan menjaga pola makan dengan jalan mengkonsumsi makanan yang sesuai dengan pola diet penderita PJK, menghindari

merokok, tidak minum - minuman beralkohol, menjaga kestabilan berat badan dan berolah raga secara teratur.

2. Bagi Institusi Malahayati

Diharapkan hasil penelitian ini nantinya dapat menambah literatur tentang hubungan riwayat keluarga dan aktivitas fisik pada pasien jantung koroner, bagi Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Malahayati Bandar Lampung, dan dapat dijadikan bahan bacaan beserta referensi untuk penelitian selanjutnya.

3. Bagi Tempat Pelayanan

Dapat memberikan masukan bagi petugas kesehatan dalam melakukan penyuluhan dan perawatan pada penderita gagal jantung, serta lebih meningkatkan pelayanan perawatan dengan baik bagi seluruh pasien gagal jantung, sehingga klien memiliki kualitas hidup yang baik.

5. DAFTAR PUSTAKA

Dinkes Kota Metro . (2019). *Kejadian Hipertensi*.

Kemenkes RI. (2019). *Kejadian Gagal Jantung Koroner*. Jakarta: Indonesia.

Majid, Abdul. (2019). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular*. Pustaka Baru: Yogyakarta.

Riskesdas RI.(2018). *Kejadian Hipertensi*. Jakarta: Indonesia.

Tappi. (2018). *Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner Di Badan Layanan Umum Rumah Sakit Umum Pusat Prof. Dr. R. D. Kandou Manado*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi.

PERKENI. (2019). *Hari Jantung Sedunia (World Heart Day): Your Heart is Our Heart Too Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia (PERKI)*. Indonesian Heart Association