

FAKTOR RISIKO YANG BERHUBUNGAN DENGAN PENYAKIT JANTUNG KORONER : *LITERATUR RIVIEW*

Nofi Susanti^{1*}, Asni Zahara², Nanda Fadillah Darus³, Zulaila⁴

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia^{1,2,3,4}

*Corresponding Author : nofiususanti@uinsu.ac.id

ABSTRAK

Di Indonesia sendiri, penyakit jantung koroner sudah sangat umum. Di seluruh dunia, penyakit ini merupakan yang paling berbahaya, terutama di Indonesia. PJK sangat serius bagi manusia. Banyak masyarakat yang tidak menyadari bahwa hal-hal sederhana seperti mengonsumsi makanan yang tidak sehat, pola hidup yang tidak sehat, iman kita, dan adat istiadat dan budaya yang telah diwariskan dari generasi ke generasi. Penyakit jantung koroner menyebabkan pengecilan atau penghalangan pembuluh darah yang diakibatkan oleh gangguan maupun kehancuran pada lapisan dalam arteri koroner. Banyak orang tidak menyadari bahwa pjk diakibatkan oleh banyak faktor risiko. Metode penelitian ini menggunakan literature review atau kajian pustaka dengan menggunakan buku dan artikel jurnal yang relevan guna mengetahui apa saja faktor risiko yang ada pada penyakit jantung koroner. Aktivitas fisik yang kurang, berat badan berlebih, diabetes, hipertensi, merokok, stress, dan kolesterol tinggi merupakan contoh dari faktor risiko yang bisa dimodifikasi. Di sisi lain usia, jenis kelamin, dan keturunan merupakan faktor risiko yang tidak bisa dimodifikasi. Penyakit jantung koroner sudah banyak ditemui, terlebih di Indonesia, tetapi faktor-faktor penyebabnya banyak yang belum diketahui oleh banyak orang. Penyakit jantung koroner dapat kita cegah dengan memperhatikan makanan yang masuk dalam tubuh kita, melakukan aktivitas fisik yang cukup, tidak merokok dan menghindari faktor risiko yang menyebabkan penyakit jantung koroner.

Kata kunci : faktor risiko, penyakit jantung koroner

ABSTRACT

In Indonesia alone, coronary heart disease is very common. Worldwide, this disease is the most dangerous, especially in Indonesia. CHD is very serious for humans. Many people do not realise that simple things such as eating unhealthy food, unhealthy lifestyle, our faith, and customs and culture that have been passed down from generation to generation. Coronary heart disease causes the narrowing or obstruction of blood vessels due to disruption or destruction of the inner lining of the coronary arteries. Many people do not realise that pjk is caused by many risk factors. This research method uses literature review or literature review using relevant books and journal articles to find out what risk factors exist in coronary heart disease. Insufficient physical activity, excessive body weight, diabetes, hypertension, smoking, stress, and high cholesterol are examples of risk factors that can be modified. On the other hand, age, gender, and heredity are non-modifiable risk factors. Coronary heart disease has been widely encountered, especially in Indonesia, but the factors that cause it are not yet known by many people. We can prevent coronary heart disease by paying attention to the food that enters our body, doing enough physical activity, not smoking and avoiding risk factors that cause heart disease.

Keywords : risk factors, coronary heart disease

PENDAHULUAN

Penyakit jantung koroner (PJK) merupakan penyakit yang menimbulkan permasalahan pada pembuluh darah koroner. Masalah ini menyebabkan pembuluh darah tersumbat atau menyempit, sehingga mengganggu transportasi energi tubuh dan keseimbangan antara suplai dan kebutuhan oksigen. Penyakit arteri koroner terjadi ketika arteri koroner tersumbat oleh plak, polutan, atau bahan kimia lingkungan yang masuk ke tubuh sebagai makanan, minuman, atau gas yang menumpuk di dinding arteri koroner. (Erdania, 2023) Gaya hidup tidak sehat berkaitan erat dengan risiko kejadian dan kematian penyakit kardiovaskular yang tinggi, termasuk akibat

PJK. Sebagian besar masyarakat di Indonesia menjalani gaya hidup yang tidak sehat, yang berkontribusi pada tingginya prevalensi penyakit jantung koroner. Akibatnya, Indonesia menjadi salah satu negara dengan penyakit kardiovaskular paling tinggi di dunia. (Yudi Her Oktaviono, 2023) Penyakit jantung koroner adalah jenis penyakit kardiovaskular yang mengganggu pada jantung dan pembuluh darah. Penyakit ini bisa menyebabkan berbagai komplikasi serius. Di negara maju dan berkembang, penyakit kardiovaskular, termasuk PJK, dapat menyebabkan kematian dan kecacatan. (Sandi, 2019)

Penyempitan dan tersumbatnya pembuluh darah arteri koroner menyebabkan terhentinya aliran darah ke otot jantung, terutama ventrikel kiri, sehingga jantung tidak lagi berfungsi semestinya tidak dapat lagi memompa darah ke seluruh tubuh. Hal ini juga mengganggu sistem yang mengontrol irama jantung, yang berpotensi menyebabkan kematian. Kondisi ini dikenal sebagai penyakit jantung koroner, yaitu penyakit pembuluh darah yang menyebabkan penyempitan pembuluh arteri koroner. (Marniati dkk, 2021) Di Indonesia, 1,5% dari total populasi menderita penyakit jantung, yang setara dengan 1,5% dari 100 orang. Selain itu, terdapat 15 provinsi di mana prevalensi penyakit jantung koroner lebih tinggi dari rata-rata nasional. Angka kematian akibat pjk paling tinggi tercatat dari rentang usia 65-74 tahun, namun juga terjadi pada usia muda, antara 15-24 tahun. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penyakit jantung koroner memiliki dampak yang signifikan di Indonesia, dengan variasi geografis dan usia yang perlu diperhatikan. (Marniati dkk, 2021)

Pada tubuh manusia, pembuluh darah arteri koroner jantung dapat mengalami penyempitan dan penyumbatan karena atheroma atau aterosklerosis (pengerasan pembuluh darah). Hal ini mengakibatkan pasokan darah yang berkurang menuju ke otot jantung. Konsekuensinya, tubuh mengalami gangguan serius yang dikenal sebagai penyakit jantung koroner. (Marniati dkk, 2021).

Beberapa faktor risiko yang dapat menyebabkan terjadinya kejadian penyakit jantung koroner (PJK). Pertama-tama, terdapat faktor-faktor yang bisa diubah, seperti genetik (keturunan), umur dan jenis kelamin. Pada saat pria berumur lebar h dari 50 tahun terbukti menjadi faktor risiko yang signifikan. Selain itu, terdapat juga faktor-faktor yang bisa diubah, seperti kurangnya melakukan aktivitas fisik, merokok, berat badan yang berlebih, dislipidemia, diabetes, juga hipertensi. Pada dislipidemia, misalnya, menyebabkan penumpukan kolesterol yang dapat berkembang menjadi aterosklerosis pada pembuluh darah. Kurangnya aktivitas fisik, termasuk olahraga dan aktivitas sehari-hari lainnya, bisa menyebabkan terjadinya penumpukan lemak didalam pembuluh dara. Selain itu, efek nikotin pada perokok dapat menyebabkan terbentuknya plak di pembuluh darah, yang juga dapat menyebabkan aterosklerosis. Kesimpulannya, faktor-faktor ini, baik yang dapat dimodifikasi maupun tidak, secara bersama-sama berkontribusi pada risiko terkena PJK. (Beti Kristinawati dkk, 2020)

METODE

Penelitian ini memanfaatkan metode studi literatur yang sering disebut juga dengan kajian pustaka. Proses *literature review* melibatkan eksplorasi dan analisis pustaka dengan membaca dan meneliti banyak diambil dari seperti jurnal, buku, dan publikasi lainnya yang relevan dengan topik atau isu studi kasus tertentu. Melalui proses ini, penelitian bertujuan untuk menghasilkan tulisan yang terkait dengan topik atau isu tersebut. Dengan demikian, kajian pustaka menjadi landasan penting dalam memahami topik penelitian dan menyediakan wawasan yang diperlukan untuk merumuskan kesimpulan dan rekomendasi.

Dalam rangka mengeksplorasi beberapa faktor risiko yang terjadi pada penyakit jantung, pada penelitian ini menggunakan metode tinjauan pustaka terhadap buku dan artikel jurnal yang relevan. Peneliti memulai dengan mengumpulkan referensi dari beberapa jurnal penelitian ilmiah yang terpercaya, yang mencakup topik yang berkaitan dengan penyakit

jantung koroner dan faktor risiko terjadinya penyakit tersebut. Proses pencarian literatur dilakukan dari Maret hingga Mei 2024, dengan fokus pada artikel yang diterbitkan antara 2019 hingga 2024. Penelitian ini mengeksplorasi beragam sumber literatur yang tersedia, meliputi Google Scholar, Sinta, Pubmed, dan Science Direct sebagai database elektronik.

HASIL

Temuan dari berbagai jurnal mengenai beberapa faktor risiko yang menyebabkan terjadinya penyakit jantung koroner ialah sebagai berikut:

Tabel 1. Tabel Riview Jurnal yang Berkaitan dengan Penyakit Jantung Koroner

Penelitian	Hasil
Penelitian Oleh Nur Lissa Utami (2019)	Dari hasil penelitian, ditemukan bahwa terdapat nilai signifikan yang menarik perhatian, di mana p-Value = 0,046 dan OR (Odds Ratio) = 2,31. Nilai-nilai ini menunjukkan kemungkinan terdapat hubungan dari lamanya seseorang menderita Diabetes Melitus dengan kejadian Penyakit Jantung Koroner. Sehingga mengundang pemikiran bahwa ada kemungkinan bahwa lamanya menderita Diabetes Melitus dapat berkontribusi pada peningkatan risiko terkena Penyakit Jantung Koroner
Penelitian Oleh Diana Zahrawardani (2019)	Dari hasil observasi menggunakan 128 sampel penelitian, ditemukan bahwa sebanyak 107 pasien atau 83,60% dari total sampel memiliki usia ≥ 45 tahun. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien dalam studi memiliki usia yang lebih tua. Selain itu, melalui hasil uji statistik dengan nilai p sebesar 0,019 ($p < 0,05$), diperoleh indikasi menunjukkan terdapat hubungan antara usia dan Penyakit Jantung Koroner.
Penelitian Oleh Lucki Bachtiar (2023)	Dari hasil penelitian, terungkap bahwa terdapat nilai p-value yang menarik perhatian, yaitu 0,042 untuk hipertensi, 0,041 untuk diabetes, dan 0,014 untuk kolesterol. Dengan nilai-nilai ini bahwa adanya hubungan yang signifikan antara faktor-faktor tersebut dengan kejadian penyakit jantung koroner. Penemuan ini menggugah pemikiran bahwa hipertensi, diabetes, dan kadar kolesterol yang tinggi mungkin berperan dalam meningkatkan risiko terkena penyakit jantung koroner.
Aktivitas fisik dengan penyakit jantung koroner di Indonesia	Dari hasil penelitian yang dilakukan, didapati nilai p yang menarik perhatian yaitu ($p=0,00$), yang menunjukkan adanya korelasi yang signifikan dari aktivitas fisik dengan kejadian Penyakit Jantung Koroner di negara tersebut. Hal ini mengundang pertimbangan bahwa dengan melakukan aktivitas fisik mungkin memiliki peran yang signifikan dalam mencegah atau mempengaruhi risiko terkena penyakit jantung koroner.
Penelitian Oleh Lindawati Farida Tampubolon (2023)	Dari hasil observasi, terdapat peningkatan yang signifikan pada kejadian PJK pada usia 60 tahun, mencapai 11,4%. Temuan lain yang menarik adalah faktor penting dalam riwayat keluarga, yang ditemukan pada 75,0% kasus. Data ini memberikan gambaran mendalam tentang pola kejadian PJK di rumah sakit tersebut, menunjukkan tren yang layak untuk dipertimbangkan lebih lanjut dalam upaya pencegahan dan pengelolaan penyakit jantung koroner.

Tabel 1 menyajikan berbagai faktor resiko penyakit jantung koroner yang menggunakan 5 jurnal perbandingan.

PEMBAHASAN

Hasil studi kasus pertama yang dilakukan oleh Nur Lisa Utami (2019) membawa penemuan menarik tentang hubungan antara lamanya penyakit diabetes melitus (DM) dengan insiden Penyakit Jantung Koroner (PJK) pada penderita DM. Temuan ini menyatakan bahwa adanya korelasi dari durasi penderita DM dan risiko terjadinya PJK. Pasien yang lebih dari 5 tahun menderita DM, kemungkinan berisiko 2,310 kali lebih tinggi untuk terserang PJK dari pada dengan mereka yang terkena DM selama kurang dari 5 tahun. Penemuan ini mencerminkan pentingnya mempertimbangkan lamanya penyakit DM dalam mengevaluasi risiko kesehatan jantung pada pasien DM. Hal ini juga berhubungan dengan penelitian yang dilakukan di RSUP Dr. Kariadi, yang menemukan pasien DM dengan menderita DM selama lebih dari 10 tahun juga memiliki risiko serupa terhadap PJK. Dengan demikian, temuan dari studi ini memberikan wawasan yang berharga tentang faktor risiko PJK pada pasien DM dan menyoroti perlunya pemantauan yang cermat terhadap lamanya penyakit DM dalam upaya pencegahan PJK pada populasi ini. (Nur Lisa Utami,2019)

Dengan melihat kondisi pasien yang memiliki riwayat diabetes melitus (DM), perhatian terhadap kemungkinan Penyakit Jantung Koroner (PJK) menjadi semakin penting. Karena, secara alami, penderita diabetes kemungkinan besar risikonya untuk mengalami kerusakan jaringan dan masalah dengan fungsi pembuluh darah. Kerusakan ini dapat menyebabkan penyumbatan pembuluh darah di jantung, yang menjadi titik awal pemikiran terhadap korelasi antara diabetes dan PJK. Dengan demikian, melalui observasi dan pemahaman mendalam tentang kondisi pasien diabetes, kita dapat mengapresiasi kompleksitas hubungan antara diabetes dan PJK serta potensi dampaknya terhadap kesehatan jantung secara keseluruhan. (Oktavia Ruth Torawoba, 2021)

Pada usia lebih dari 45 tahun, gejala PJK biasanya termasuk nyeri angina terasa didada dan rasa nyeri di bagian dada menjalar kelengan, bahu hingga punggung belakang. Gejala-gejala ini seringkali nyata tetapi sering diabaikan dan tidak diobati. Aterosklerosis biasanya rentan terjadi pada otot, di mana terjadi pengecilan pembuluh darah sehingga menyebabkan pematatan plak pada dinding pembuluh darah, adalah kondisi yang sering terjadi pada otot. Sel otot juga mengalami penuaan, juga fungsi sistem organ menurun seiring bertambahnya usia. Studi kasus kedua menjelaskan bahwa usia yang paling berisiko terkena PJK adalah usia lanjut karena sel tubuh menjadi lebih tua dan fungsi sistem organ menurun. (Diana Zahrawardani,2019)

Jika seseorang jarang berolahraga bahkan tidak melakukan aktivitas fisik yang ringan secara rutin, risiko mereka untuk menderita penyakit jantung koroner (PJK) akan semakin tinggi. Sehingga adanya faktor risiko lain yang saling berkontribusi terhadap PJK. Orang yang cukup aktif beraktivitas fisik lebih rendah risikonya terkena penyakit jantung koroner. Aktivitas fisik yang memadai dapat mengurangi faktor risiko lain yang berkontribusi pada PJK, seperti penyakit kronis ,contohnya hipertensi, diabetes melitus, obesitas, dan kolesterol.(Lindawati dkk, 2023).

Indeks massa tubuh (IMT), usia, dan jenis kelamin memiliki korelasi yang signifikan dengan hipertensi, diabetes melitus, dan Kolesterol dalam meningkatkan risiko penyakit jantung koroner. Studi yang dilakukan di Rumah Sakit Umum Daerah Subang bekerja sama dengan Rumah Sakit Husada Utama Surabaya menyelidiki faktor-faktor yang berpotensi berbahaya ini.(Lucki Bachtiar, 2023)

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan berdasarkan hasil review dari beberapa penelitian bahwa faktor risiko penyakit jantung koroner terbagi menjadi 2 yaitu: faktor yang tidak bisa diubah meliputi faktor genetik, usia, dan jenis kelamin. Sementara itu, faktor risiko yang bisa diubah mencakup obesitas, darah tinggi, diabetes, kolesterol tinggi, merokok, stres, dan kurang aktivitas fisik. Dari beberapa faktor tersebut kemungkinan bisa terkena penyakit jantung koroner.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis tidak lupa bersyukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, Karena kami telah berhasil menyelesaikan jurnal ini. Keberhasilan ini tidak lepas dari berkat dan rahmat-Nya yang senantiasa menyertai langkah-langkah kami. Kami sangat mengakui bahwa peran Ibu dr. Nofi Susanti, M.Kes, dalam pencapaian ini sangatlah penting. Bimbingan dan dukungan beliau telah menjadi pilar utama dalam perjalanan kami. Kami sangat berterima kasih atas dedikasi, kesabaran, dan ketelitian beliau dalam membimbing kami.

DAFTAR PUSTAKA

- Bachtiiar, L., Gustaman, R. A., & Maywati, S. (2023). Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner (Pjk) (. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 19(1), 52–60. <https://doi.org/10.37058/jkki.v19i1.6862>
- Erdania, E., Faizal, M., & Anggraini, R. B. (2023). FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN PENYAKIT JANTUNG KORONER (PJK) Di RSUD Dr. (H.C.) Ir. SOEKARNO PROVINSI BANGKA BELITUNG TAHUN 2022. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 17–25. <https://doi.org/10.47560/kep.v12i1.472>
- Kristinawati, B., Rahmawati, S., Rosyid, F. N., & Bagus, D. (2020). Edukasi Tindakan Pencegahan Penyakit Jantung Koroner Bagi Kelompok Beresiko. *The 12th University Research Colloquium 2020 Universitas 'Aisyiyah Surakarta*, 12, 189–197.
- Lissa, N. U., & Azam, M. (2019). Kejadian Penyakit Jantung Koroner pada Penderita Diabetes Mellitus Info Artikel. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 3(2), 311–323. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia>
- Prof. Adjunct. Dr. Marniati, M. K. | S. N. S. K. | R. K. R. (2021). *Penderita penyakit jantung koroner* (Eka Rinaldo (ed.); Shara Nura). PT RajaGrafindo Persada.
- Saraswati, D., & Lina, N. (2020). Faktor Risiko Penyakit Jantung Pada Masyarakat Di Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) Puskesmas Cibeureum. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 4(1), 1–7. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v2i1.4426>
- Setyaji, D. Y., Prabandari, Y. S., & Gunawan, I. M. A. (2018). Aktivitas fisik dengan penyakit jantung koroner di Indonesia. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 14(3), 115. <https://doi.org/10.22146/ijcn.26502>
- Tajudin, T., Nugroho, I. D. W., & Faradiba, V. (2020). ANALISIS KOMBINASI PENGGUNAAN OBAT PADA PASIEN JANTUNG KORONER (Coronary Heart Disease) DENGAN PENYAKIT PENYERTA DI RUMAH SAKIT X CILACAP TAHUN 2019. *Pharmaqueous : Jurnal Ilmiah Kefarmasian*, 1(2), 6–13. <https://doi.org/10.36760/jp.v1i2.111>
- Tampubolon, L. F., Ginting, A., & Saragi Turnip, F. E. (2023). Gambaran Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Penyakit Jantung Koroner (PJK) di Pusat Jantung Terpadu (PJT). *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(3), 1043–1052. <https://doi.org/10.32583/pskm.v13i3.1077>

- Torawoba, O. R., Nelwan, J. E., & Asrifuddi, A. (2021). Diabetes Melitus Dan Penyakit Jantung Koroner Pada Pasien Rawat Jalan Rumah Sakit. *Kesmas*, *10*(4), 87–92.
- Yudi Her Oktaviono. (2023). *Penyakit Jantung Koroner* (Naskah (Anas Abadi) (ed.)). Airlangga University press.