

REVIEW ANALISIS FAKTOR RISIKO STRES BERHUBUNGAN DENGAN PENYAKIT JANTUNG KORONER (PJK)

Syfa Dwi Andini, Indah Laily Hilmi, Salman
Universitas Singaperbangsa Karawang Jawa Barat, Indonesia
syfadwiandini7@gmail.com

Received 01-11-2022
: 08-11-2022
Revised 17-11-2022
:
Accepted:
d:

Abstrak

Penyakit jantung koroner merupakan masalah kesehatan global karena menjadi penyebab kematian tertinggi pada penyakit gangguan sistem kardiovaskular. Penyakit kardiovaskular merupakan suatu kondisi jantung dan pembuluh darah tidak berfungsi secara normal karena gangguan, yang menyebabkan munculnya penyakit jantung kongenital, Penyakit jantung rematik, stroke dan tekanan darah tinggi. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, prevalensi global penyakit jantung koroner ini meningkat menjadi 23,3 juta pada tahun 2010. Juga, menurut data tahun 2010 dari American Heart Association (AHA) menjadi penyebab 1 dari setiap 6 kematian akibat penyakit jantung koroner di Amerika Serikat. Analisis bertujuan untuk mengidentifikasi faktor risiko stres berhubungan dengan penyakit jantung koroner dan bermanfaat dalam upaya pencegahan deteksi dini penyakit jantung koroner. Penelitian ini adalah tinjauan literatur (literatur review) dari berbagai jurnal yang menyediakan data dari penelitian sebelumnya oleh Research dan berdasarkan teori yang berkaitan. Temuan literatur dari penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa stres dikaitkan dengan atau mempengaruhi risiko penyakit jantung koroner. Hasil dari review penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang sama, yaitu adanya hubungan faktor risiko stres dengan penyakit jantung koroner. Berdasarkan hasil dari pembahasan dapat disimpulkan menunjukkan signifikan faktor risiko stres berhubungan dengan penyakit jantung koroner (PJK).

Kata kunci: Penyakit, Stres, Risiko

Abstract

Coronary artery disease is a global health problem as it is the leading cause of cardiovascular death. Cardiovascular disease is the failure of the heart and blood vessels to function properly due to dysregulation, leading to conditions such as congenital heart disease, rheumatic heart disease, stroke, and high blood pressure. According to the World Health Organization, the global prevalence of coronary artery disease rose to 23.3 million in 2010. Meanwhile, it is responsible for one in six deaths from coronary artery disease in the United States, according to 2010 data from the American Heart Association (AHA). This analysis aims to identify stress risk factors associated with coronary artery disease and to aid in the early detection of coronary artery disease prevention. This study is a literature review of various journals, providing data from Research's previous studies and building on relevant theories. Literature results from previous studies suggest that stress is associated with or affects the risk of coronary artery disease. Results from a review of previous studies showed the same findings, namely

the relationship between stress risk factors and coronary artery disease. From the discussed results it can be concluded that stress risk factors are significantly associated with coronary artery disease (CAD).

Keywords: *Coronary Heart, Stress, Risk*

**Correspondent Author: Syfa Dwi Andini*

Email: syfadwiandini7@gmail.com



PENDAHULUAN

Penyakit jantung merupakan penyakit tidak menular (PTM) yaitu penyakit yang perkembangannya berjalan perlahan dalam jangka waktu yang lama dan dari segi perkembangan penyakit tidak menular ([Nadilla et al.](#), 2021), pola penyakitnya saat ini mengalami epidemiologi. Penyakit jantung koroner menyumbang sekitar 30% dari kematian global ([Zahrawardani et al.](#), 2012). Prevalensi penyakit jantung koroner di dunia berdasarkan data *World Health Organisation* (WHO) pada tahun 2010 angka kematian penyakit jantung koroner meningkat hingga 23,3 juta ([Ghani et al.](#), 2016). Sedangkan menurut data *American Heart Association* (AHA) pada tahun 2010, ini adalah salah satu penyebab utama penyakit jantung koroner di setiap 6 orang di Amerika Serikat ([Maulidta](#), 2015). Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013, prevalensi penyakit jantung koroner yang didiagnosis dokter di Indonesia adalah 0,5%, sedangkan prevalensi berdasarkan gejala adalah 1,5% ([Anakonda et al.](#), 2019).

Penyakit jantung koroner (PJK) adalah penyakit pembuluh darah yang mensuplai otot jantung, yang tersumbat oleh makanan dan oksigen ([Agustini](#), 2016). Penyumbatan otot jantung pada dinding arteri disebabkan oleh timbunan lemak atau kolesterol. Sumbatan yang diakibatkan endapan lemak tersebut jika terus menerus menumpuk di dinding arteri disebut aterosklerosis ([Hanum](#), 2016). Kondisi penyumbatan atau penyempitan tersebut terbentuknya plak aterosklerosis karena adanya endapan lemak atau kolesterol yang dapat menyebabkan penyempitan lumen koroner jantung ([Kurniawaty & Yusnita](#), 2017).

Faktor risiko penyakit jantung koroner pertama kali diusulkan pada tahun 1957 oleh *Framingham Heart Study* (FHS). Hal ini berhubungan Epidemiologi kebiasaan merokok, tekanan darah, paras kolesterol, dan kejadian penyakit jantung koronari ([Iskandar et al.](#), 2017). Berbagai studi epidemiologi menunjukkan adanya kondisi kelainan yang dapat mempercepat perkembangan penyakit jantung koroner.

Dengan berkembangnya dalam sains, khususnya di bidang kesehatan dan faktor risiko terbagi dalam dua kategori. Ada yang bisa diubah dan ada yang tidak. Salah satu faktor risiko yang bisa diubah adalah tekanan darah tinggi, diabetes, kolesterol, merokok, obesitas dan stres. Jenis kelamin dan genetika merupakan faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi ([Kurnia & Prayogi](#), 2015).

Berbagai faktor risiko yang dapat berhubungan dengan penyakit jantung koroner telah banyak dilakukan penelitian, sedangkan dari faktor risiko stres berhubungan dengan penyakit jantung koroner masih sedikit dilakukan penelitian. Mengetahui faktor risiko suatu penyakit sangatlah penting dalam pemahaman

deteksi dini. Stres salah satu dari faktor risiko terjadinya jantung koroner dan masih banyak dianggap sepele dan kurang mendapatkan perhatian sebagai deteksi dini penyakitnya ([Budianto & Hariyanto](#), 2017).

WHO telah mengklasifikasikan Stres Faktor risiko penyakit jantung koroner yang dapat dimodifikasi ([Rokhayati & Rumahorbo](#), 2020). Stres juga berperan dalam menyebabkan penyakit jantung koroner karena ketika stres muncul respons SSP merespons stresor dan merangsang produksi adrenalin dan katekolamin ([Yadi et al.](#), 2014). Ketika hormon tinggi saat diproduksi, menyebabkan pembuluh darah di jantung menyempit dan meningkatkan detak jantung, yang dapat menyebabkan gangguan suplai darah ke jantung ([Fitria et al.](#), 2019).

Berdasarkan uraian tersebut, faktor risiko memegang peranan penting dalam perkembangan penyakit jantung koroner. Pencegahan dan pengobatan lebih mudah jika faktor risiko dapat dirasakan dan diketahui ([Sukut et al.](#), 2015). Dari berbagai uraian yang telah diuraikan, penulis ingin mengkaji hubungan antara faktor risiko PJK yang salah satunya adalah stres. Analisis bertujuan untuk mengidentifikasi faktor risiko stres berhubungan dengan penyakit jantung koroner dan bermanfaat dalam upaya pencegahan deteksi dini penyakit jantung koroner.

METODE PENELITIAN

Metodologi yang digunakan dalam review ini adalah dengan melakukan kajian pustaka (*literature review*) terhadap berbagai jurnal dengan menggali jurnal-jurnal yang menyediakan data dari penelitian-penelitian terdahulu dan didasarkan pada teori-teori yang relevan. Analisis ini menggunakan metode kualitatif. Metode kualitatif adalah metode yang menitikberatkan pada observasi mendalam terhadap metode kualitatif, yaitu data yang disajikan dalam bentuk laporan. Hasil tinjauan literatur merangkum faktor risiko PJK.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada review jurnal ini, tujuannya adalah untuk mengidentifikasi faktor risiko stres yang berhubungan dengan penyakit jantung koroner (PJK). Menganalisis kembali dari beberapa jurnal penelitian sebelumnya tentang faktor risiko penyakit jantung koroner (PJK). Hampir semua jurnal yang di review menunjukkan adanya hubungan atau berpengaruh antara risikonya dengan penyakit.

Tekanan adalah faktor penyakit jantung koronari (PJK), yang dapat menyebabkan aliran darah berkurang melalui mekanisme tertentu dalam badan kita sehingga berpengaruh dalam memicu timbulnya penyakit jantung koroner (PJK). Tubuh kita selalu merespons situasi stres yang dapat membantunya bertahan.

Stres salah satu faktor risiko yang menjadi masalah yang perlu

dipertimbangkan dalam terjadinya penyakit jantung koroner (PJK) karena sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya. Ada beberapa pemicu lain yang bisa memicu penyakit jantung koroner, seperti gerakan tiba-tiba dan ledakan emosi yang bisa meningkatkan serangan jantung. Adapun beberapa faktor pemicu stres yang dapat dilihat dari tipe kepribadian seseorang yaitu ada seseorang yang dengan tipe kepribadian A dan tipe kepribadian B. Orang dengan kepribadian Tipe A cenderung menginginkan sesuatu di luar kemampuannya dan ingin mencapai sesuatu yang tidak praktis atau tidak dapat dicapai. Dalam penelitian Framingham, wanita dan pria dengan kepribadian Tipe A lebih mungkin mengembangkan penyakit jantung koroner (PJK) daripada tipe kepribadian lainnya. Sedangkan pada orang yang dengan tipe kepribadian B dapat menahan diri karena orang yang rentan stres lebih rentan terkena penyakit jantung koroner.

Stres dibedakan menjadi dua jenis yaitu mengalami stres akut dan stres kronik. Stres akut yaitu stres dengan jangka pendek (akut) akan menimbulkan sedikit risiko gangguan kesehatan, Stres akut bukan merupakan faktor risiko, tetapi dapat memicu penyakit kardiovaskular. Ketika stres akut terjadi, hal itu menyebabkan peningkatan denyut nadi, peningkatan penggunaan oksigen dan penyempitan pembuluh darah, menyebabkan plak aterosklerotik terpisah, menyebabkan serangan jantung. Stres kronis adalah stres yang menyebabkan respons maladaptif tubuh untuk mengubah gangguan kekebalan, hormonal, dan metabolisme, yang meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular. Stres kronis mengaktifkan sumbu HPA, meningkatkan akumulasi sel lemak perut.

Dari penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang sama, yaitu adanya hubungan faktor risiko stres dengan penyakit jantung koroner. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh para peneliti yang menemukan kaitan antara stres dan penyakit jantung koroner, menunjukkan bahwa responden mengalami stres sebagai akibatnya. Penyakit jantung koroner (PJK) lebih sering terjadi pada orang dengan kehidupan yang penuh tekanan, studi para peneliti menunjukkan. Hal ini sesuai dengan penelitian dari FKUI yang dikutip oleh peneliti menunjukkan bahwa orang yang mengalami stres memiliki risiko dua kali lipat mengalami stres terkena penyakit jantung koroner dan mampu meningkatkan tekanan darah juga meningkatkan tahap kolesterol mentah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang dibahas di atas, dapat disimpulkan bahwa stres merupakan faktor risiko penting yang berhubungan dengan penyakit jantung koroner (PJK). Penyakit yang disebabkan oleh pembuluh darah yang tersumbat yang memasok makanan dan oksigen ke otot jantung. Ketika hormon adrenalin dan katekolamin diproduksi dalam kadar tinggi, mereka dapat menyebabkan penyempitan pembuluh darah di jantung, meningkatkan detak jantung, dan mengganggu aliran darah ke jantung. Faktor risiko yang mempengaruhi PJK adalah dislipidemia, kebiasaan merokok, hipertensi, diabetes, obesitas, tingkat aktivitas fisik, jenis kelamin dan stres.

BIBLIOGRAFI

- Agustini, M. (2016). Self-efficacy dan makna hidup pada penderita penyakit jantung koroner. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1). <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i1.3930>
- Anakonda, S., Widiyanti, F. L., & Inayah, I. (2019). Hubungan aktivitas olahraga dengan kadar kolesterol pasien penyakit jantung koroner. *Ilmu Gizi Indonesia*, 2(2), 125–132. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v2i2.106>
- Budianto, A., & Hariyanto, T. (2017). Hubungan perilaku merokok dan minum kopi dengan tekanan darah pada laki-laki dewasa di desa Kertosuko kecamatan Krucil Kabupaten Probolinggo. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(2), 11–21. <https://doi.org/10.33366/nn.v2i2.443>
- Fitria, N., Lydyana, L., Iskandar, S., Lubis, L., & Purba, A. (2019). Senam Jantung Sehat Seri-I 3 kali seminggu Meningkatkan Kebugaran Jasmani Lansia. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 5(1), 51–66. <https://doi.org/10.17509/jpki.v5i1.15741>
- Ghani, L., Susilawati, M. D., & Novriani, H. (2016). Faktor risiko dominan penyakit jantung koroner di Indonesia. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 44(3), 153–164.
- Hanum, Y. (2016). Dampak bahaya makanan gorengan bagi jantung. *Jurnal Keluarga Sehat Sejahtera*, 14(2), 103–114. <https://doi.org/10.24114/jkss.v14i28.4700>
- Iskandar, I., Hadi, A., & Alfridsyah, A. (2017). Faktor risiko terjadinya penyakit jantung koroner pada pasien Rumah Sakit Umum Meuraxa Banda Aceh. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 2(1), 32–42. <https://doi.org/10.30867/action.v2i1.34>
- Kurnia, E., & Prayogi, B. (2015). Faktor Jenis Kelamin, Genetik, Usia, Tingkat Stress Dan Hipertensi Sebagai Faktor Resiko Penyakit Jantung Koroner. *Jurnal Stikes Rs Baptis Kediri*, 8(1), 64–75.
- Kurniawaty, E., & Yusnita, A. R. (2017). Pengaruh Konsumsi Bluberi (*Vaccinium cyanococcus*) Terhadap Penurunan Oksidasi LDL sebagai Pengobatan untuk Penyakit Jantung Koroner. *Jurnal Majority*, 5(3), 6–10.
- Maulidta, K. W. (2015). Gambaran Karakteristik Pasien CHF di Instalasi Rawat Jalan RSUD Tugurejo Semarang. *Mutiara Medika: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 15(1), 54–58. <https://doi.org/10.18196/mmjkk.v15i1.2494>
- Nadilla, S., Widiarti, R., Sabono, F. N., Latumahina, A. F., Florenza, J., Amdasa, M., Sombalatu, I., Uktolseja, J. S., & Hehanussa, D. J. A. (2021). Skrining Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Desa Negeri Lama Kecamatan Baguala Kota Ambon. *Pattimura Mengabdikan (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 1(1), 95–105.
- Rokhayati, A., & Rumahorbo, H. (2020). Gambaran Efikasi Diri Dalam Pengelolaan

Faktor Risiko Dan Pemeliharaan Fungsi Kesehatan Pasien Penyakit Jantung Koroner. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 12(2), 285–296. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v12i2.1797>

Sukut, S. S., Arif, Y. S., & Qur'aniati, N. (2015). Faktor kejadian diare pada balita dengan pendekatan teori Nola J. Pender di IGD RSUD Ruteng. *Jurnal Pediomaternal*, 3(2), 230–249.

Yadi, A., Hernawan, A. D., & Ridha, A. (2014). Faktor gaya hidup dan stres yang berisiko terhadap kejadian penyakit jantung koroner pada pasien rawat jalan. *Jumantik*, 1(1). <https://doi.org/10.29406/jjum.v1i1.101>

Zahrawardani, D., Herlambang, K. S., & Anggraheny, H. D. (2012). Analisis faktor risiko kejadian penyakit jantung koroner di RSUP Dr Kariadi Semarang. *Jurnal Kedokteran Muhammadiyah*, 1(3).



© 2022 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).