

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang

Dewasa ini penyakit jantung koroner telah menjadi penyebab kematian utama di Indonesia. Penyebabnya adalah terjadinya hambatan berupa plak, yaitu kolesterol menempel pada pembuluh arteri, sehingga aliran darah arteri di otak dan di jantung terhambat (Imam, 2002).

Pola makan modern yang kaya kolesterol dan stres yang menekan sepanjang hari dapat membuat kadar kolesterol dalam darah sangat sulit dikontrol, sehingga kolesterol yang menempel pada permukaan sebelah dalam dinding pembuluh darah menjadi meningkat, karena semakin tinggi kadar kolesterol dalam darah semakin besar resiko kematian akibat arteriosklerosis. Pembuluh darah koroner menjadi sempit dan menghalangi aliran darah masuk ke dalamnya (Imam, 2002).

Penyakit jantung yang diderita oleh pasien dapat membatasi kegiatan dan yang paling parah dapat menyebabkan kematian secara mendadak. Pengobatan walaupun dapat meredakan penyakit jantung, tapi sangat jarang bisa menyembuhkan. Dengan demikian maka pencegahan merupakan tindakan yang paling baik dilakukan (Price, 1994)

Meningkatnya pola hidup dan kebiasaan makan serta terlalu banyak aktivitas, banyak merokok dan kurang istirahat menjadi penyebab seseorang terserang penyakit jantung. Akibatnya, sejak sepuluh tahun terakhir penyakit

jantung dan pembuluh darah banyak menyerang penduduk usia di atas 40 tahun. Karena semakin tua umur seseorang, pembuluh darahnya semakin kaku sehingga semakin mudah diserang penyakit jantung (Tapan, 2005)

Lart (2004) mengatakan bahwa orang-orang dari kelompok umur 20-60 tahun harus diukur kadar kolesterol dalam darahnya. Hal ini perlu dilaksanakan jika orang tua atau saudara sekandung mereka menunjukkan tanda-tanda sklerosis pembuluh darah koroner sebelum usia 60 tahun atau mereka pernah diberi perawatan dengan obat hipertensi (obat menurunkan tekanan darah) dan mereka mempunyai kerabat dekat dengan kadar lemak darah yang tinggi sehingga dikhawatirkan mereka mempunyai bakat menderita sklerosis. Pemeriksaan kolesterol juga dianjurkan pada penderita diabetes yang memperlihatkan tanda-tanda penyakit jantung atau arteriosklerosis yang mengganggu pasokan darah ke kaki dan otak, karena dikhawatirkan akan menimbulkan arteriosklerosis pada pembuluh darah otak.

Kadar kolesterol dalam darah juga terjadi peningkatan pada perokok berat (lebih dari 15 batang rokok per hari). Penyebab kematian pada pria berumur 40 tahun umumnya adalah penyakit jantung. Lebih dari 50% pria berusia 60 tahun meninggal akibat kegagalan jantung. Dengan bertambahnya umur, kadar kolesterol dan tekanan darah rata-rata meningkat. Hal ini disebabkan adanya penumpukan kolesterol berupa zat kapur pada dinding bagian dalam pembuluh darah, akibatnya aliran darah dapat berhenti karena pecahnya pembuluh darah (Sudjaswadi, 2002).