

ABSTRAK

Penyakit Jantung Koroner (PJK) merupakan penyakit gangguan kardiovaskular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian global. Penderita PJK mengalami keterbatasan dalam beraktivitas akibat adanya gejala nyeri di dada. Individu yang kurang aktif secara fisik cenderung menunjukkan frekuensi denyut jantung yang lebih tinggi, sehingga mempengaruhi tekanan darah. Peningkatan tekanan darah akibat kurangnya aktivitas fisik menyebabkan terjadinya komplikasi seperti PJK. PJK terjadi akibat penyempitan dinding arteri koroner yang dihasilkan karena adanya akumulasi lemak, sehingga mengganggu aliran darah. Salah satu jenis lemak darah yang berperan signifikan dalam meningkatkan risiko PJK adalah trigliserida. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara aktivitas fisik dan tekanan darah dengan kadar trigliserida pada individu yang menderita PJK.

Penelitian ini menggunakan metode observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Lokasi pelaksanaan penelitian berada di Instalasi Rawat Jalan Poli Spesialis Jantung dan Laboratorium Patologi Klinik RSI Jemursari Surabaya pada bulan Oktober 2022 - Juni 2023. Subjek penelitian terdiri dari 30 penderita PJK yang dipilih dengan metode *purposive sampling*.

Hasil penelitian menunjukkan aktivitas fisik pada penderita PJK rata-rata dalam kategori sedang, rata-rata tekanan darah 135/79 mmHg, dan rata-rata kadar trigliserida 134,4 mg/dL. Data hasil penelitian kemudian dianalisa dengan uji korelasi chi-square dan didapatkan hasil bahwa tidak ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kadar trigliserida, namun ada hubungan antara tekanan darah dengan kadar trigliserida.

Kata kunci: Penyakit Jantung Koroner, Aktivitas Fisik, Tekanan Darah, Trigliserida

ABSTRACT

Coronary Heart Disease (CHD) is a cardiovascular disorder that is one of the leading global causes of death. Individuals with CHD experience limitations in physical activity due to chest pain symptoms. Physically inactive individuals tend to have a higher heart rate, which in turn affects blood pressure. Increased blood pressure due to lack of physical activity leads to complications such as CHD. CHD occurs due to the narrowing of coronary artery walls caused by the accumulation of fat, disrupting blood flow. One type of blood fat that significantly contributes to an increased risk of CHD is triglycerides. This research aims to analyze the relationship between physical activity and blood pressure with triglyceride levels in individuals with CHD.

This research employs an observational analytic method with a cross-sectional approach. The study was conducted at the Outpatient Cardiology Department and Clinical Pathology Laboratory of RSI Jemursari Surabaya from October 2022 to June 2023. The study subjects consisted of 30 CHD patients selected using purposive sampling.

The research results indicate that the average physical activity level of CHD patients falls within the moderate category, with an average blood pressure of 135/79 mmHg, and an average triglyceride level of 134.4 mg/dL. The research data was then analyzed using a chi-square correlation test, revealing that there is no relationship between physical activity and triglyceride levels, but there is a relationship between blood pressure and triglyceride levels.

Keywords: Coronary Heart Disease, Physical Activity, Blood Pressure, Triglycerides