

# Healthy Lifestyle Behaviors

**UNTUK RISIKO PENYAKIT  
JANTUNG KORONER**

Ns. Randy Refnandes, S.Kep., M.Kep  
Ns. Windi Febrina Dewinda, S.Kep

# Healthy Lifestyle Behaviors

## UNTUK RISIKO PENYAKIT JANTUNG KORONER

Penyakit jantung koroner bisa disebabkan oleh berbagai faktor. Sejumlah faktor risiko yang berkontribusi terhadap peningkatan risiko PJK diantaranya hipertensi, hiperlipidemia, penuaan, dan diabetes (Saygin et al., 2018). Selain itu, terdapat bukti yang kuat bahwa merokok, kurang aktivitas fisik, obesitas, dan pola makan tidak sehat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular (Havranek et al., 2015). Faktor risiko penyebab penyakit jantung koroner di kelompokkan menjadi faktor yang dapat di ubah dan yang tidak dapat di ubah. Faktor yang tidak dapat diubah diantaranya usia, jenis kelamin, dan genetik. Sedangkan faktor yang dapat diubah yaitu hiperlipidemia, gaya hidup, diabetes mellitus, hipertensi, aktivitas fisik, obesitas, dan merokok (P2PTM Kemenkes RI)

# ***HEALTHY LIFESTYLE BEHAVIORS* UNTUK RISIKO PENYAKIT JANTUNG KORONER**

**Ns. Randy Refnandes, S.Kep., M.Kep.  
Ns. Windi Febrina Dewinda, S.Kep.**



**PENERBIT CV. EUREKA MEDIA AKSARA**

**HEALTHY LIFESTYLE BEHAVIORS UNTUK RISIKO  
PENYAKIT JANTUNG KORONER**

**Penulis** : Ns. Randy Refnandes, S.Kep., M.Kep.  
Ns. Windi Febrina Dewinda, S.Kep.

**Desain Sampul** : Eri Setiawan

**Tata Letak** : Wildan Rasyid Mukhtar

**ISBN** : 978-623-516-079-5

Diterbitkan oleh : **EUREKA MEDIA AKSARA, JULI 2024**  
**ANGGOTA IKAPI JAWA TENGAH**  
**NO. 225/JTE/2021**

**Redaksi:**

Jalan Banjaran, Desa Banjaran RT 20 RW 10 Kecamatan Bojongsari  
Kabupaten Purbalingga Telp. 0858-5343-1992  
Surel : eurekaediaaksara@gmail.com  
Cetakan Pertama : 2024

**All right reserved**

Hak Cipta dilindungi undang-undang  
Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh  
isi buku ini dalam bentuk apapun dan dengan cara apapun,  
termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan teknik perekaman  
lainnya tanpa seizin tertulis dari penerbit.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis haturkan ke hadirat Tuhan Yang Mahaesa, karena atas taufiq dan inayah-Nya, buku berjudul “*Healthy Lifestyle Behaviors* Untuk Risiko Penyakit Jantung Koroner” ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu.

Buku ini membahas terkait dengan bagaimana membuat asuhan keperawatan pada lansia dengan Penerapan *Foot Spa Diabetic* Untuk Mengurangi Keluhan Neuropati Pada Penderita Dm Tipe 2. Buku ini membahas asuhan keperawatan secara teoritis hingga aplikasi kasus menggunakan pendekatan SDKI, SLKI dan SIKI

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan buku ini baik secara materil maupun nonmateril. Penulis berharap semoga Tuhan mencatat ini sebagai ladang pahala dan kebaikan kita semua. Amin.

Padang, 1 Juni 2024

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>BAB 1 LATAR BELAKANG .....</b>	<b>1</b>
<b>BAB 2 PENYAKIT JANTUNG KORONER (CORONARY HEART DISEASE).....</b>	<b>9</b>
A. Definisi Penyakit Jantung Koroner .....	9
B. Epidemiologi Penyakit Jantung Koroner.....	10
C. Etiologi Penyakit Jantung Koroner .....	10
D. Patofisiologi Penyakit Jantung Koroner .....	11
E. Faktor Risiko Penyakit jantung Koroner .....	13
F. Pemeriksaan Diagnostik Penyakit Jantung Koroner .	18
G. Stratifikasi Risiko Penyakit Jantung Koroner.....	22
<b>BAB 3 HEALTHY LIFESTYLE BEHAVIORS (GAYA HIDUP SEHAT).....</b>	<b>41</b>
A. Definisi Gaya Hidup Sehat .....	41
B. Teori tentang <i>Healthy Lifestyle Behaviors</i> .....	41
C. Faktor Pembangun <i>Healthy Lifestyle Behaviors</i> .....	43
D. Cara meningkatkan <i>Healthy Lifestyle Behaviors</i> .....	46
<b>BAB 4 PENGETAHUAN .....</b>	<b>49</b>
A. Definisi Pengetahuan .....	49
B. Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	50
C. Tingkat Pengetahuan.....	51
D. Pengukuran Tingkat Pengetahuan.....	53
E. Cara Memperoleh Pengetahuan.....	53
F. Peran Pengetahuan dalam Peningkatan Gaya Hidup Sehat .....	55
G. Pengetahuan Tentang Faktor Risiko Penyakit Jantung Koroner.....	56
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>58</b>
<b>TENTANG PENULIS.....</b>	<b>70</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Framingham Risk Score.....	23
Tabel 2. 2 Jakarta Cardiovascular Score .....	27

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Penyakit Jantung Koroner .....	9
Gambar 2. 2 Proses Aterosklerosis .....	12
Gambar 2. 3 Reynold Risk Score .....	25
Gambar 2. 4 Systematic Coronary Risk Evaluation (SCORE).....	26



# BAB

# 1

# LATAR BELAKANG

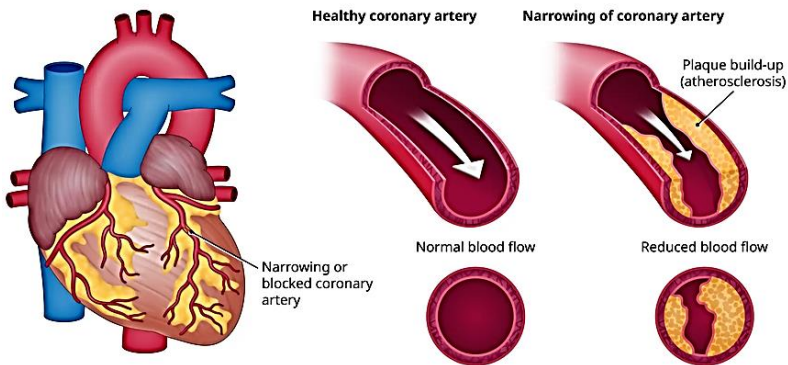
Penyakit kardiovaskular menjadi salah satu permasalahan kesehatan utama di negara maju maupun negara berkembang. Penyakit kardiovaskular menjadi penyakit yang menyebabkan kematian tertinggi selain penyakit kanker, diabetes melitus dan pernapasan kronis (WHO, 2018). Menurut *American Heart Association* (2017), penyakit kardiovaskular menjadi penyebab kematian terbanyak di dunia dengan angka kejadian sekitar 17,3 juta jiwa. Pada tahun 2019, diperkirakan 17,9 juta orang meninggal akibat penyakit kardiovaskular, dimana angka ini mewakili 32% dari seluruh kematian global dalam 1 tahun, 85% dari angka kematian tersebut penyebab utamanya adalah serangan jantung dan stroke (WHO, 2022).

Menurut *Global Burden of Disease* dan *Institute for Health Metrics and Evaluation* (IHME) penyakit kardiovaskular menjadi penyebab kematian tertinggi kedua di Indonesia pada tahun 2014-2019. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) menunjukkan peningkatan kejadian penyakit kardiovaskular di Indonesia dalam 5 tahun dimana 0,5 % pada tahun 2013 meningkat menjadi 1,5 % pada tahun 2018. Salah satu jenis penyakit kardiovaskular adalah penyakit jantung koroner yang terus menerus menempati peringkat pertama di Indonesia (Ghani, Susilawati, & Novriani, 2016). Penyakit jantung koroner atau *Coronary Heart Disease* (CHD) ditandai dengan penyumbatan pembuluh darah di sekitar jantung yang disebabkan oleh penumpukan plak / *atherosclerosis* (Lewis et al., 2017). Berdasarkan survei *Sample Registration System* (SRS)

# BAB 2

## PENYAKIT JANTUNG KORONER (*CORONARY HEART DISEASE*)

### A. Definisi Penyakit Jantung Koroner



Gambar 2. 1 Penyakit Jantung Koroner

Penyakit Jantung Koroner (PJK) adalah suatu gangguan fungsi jantung yang terjadi akibat penurunan suplai darah pada otot jantung karena adanya stenosis atau penyempitan pada pembuluh darah jantung (arteri koroner) akibat kerusakan lapisan dinding pembuluh darah (aterosklerosis) (Kemenkes RI, 2020). Penyakit jantung koroner merupakan kondisi yang sering disebabkan oleh kolesterol, zat seperti lilin yang menumpuk di dalam lapisan arteri koroner yang akan membentuk plak. Penumpukan plak ini lama kelamaan akan memblokir aliran darah ke arteri besar jantung. Proses ini dikenal dengan aterosklerosis (*National Heart, Lung, and Blood Institute, 2022*).

# BAB 3

## HEALTHY LIFESTYLE BEHAVIORS (GAYA HIDUP SEHAT)

### A. Definisi Gaya Hidup Sehat

WHO mendefinisikan gaya hidup sehat sebagai sebagai suatu pola atau cara hidup yang menurunkan risiko sakit parah dan kematian dini. Gaya hidup sehat merupakan suatu pola kebiasaan seseorang yang tercermin dalam kegiatan, minat dan pendapatnya sehari-hari. Gaya hidup sehat adalah suatu pilihan dari bentuk gaya hidup yang dilakukan oleh seseorang (Atmadja dkk, 2020).

Gaya hidup sehat erat kaitannya dengan kepercayaan, ekspektasi, nilai-nilai, serta persepsi elemen kognitif lainnya. Selain itu, di dalamnya juga termasuk karakteristik kepribadian, status emosi dan sifat serta pola perilaku yang jelas, tindakan dan kebiasaan yang berhubungan dengan pemeliharaan kesehatan serta peningkatan kesehatan (Adliyani, 2015).

Perilaku gaya hidup sehat seperti mengkomsumsi buah dan sayur, melakukan aktivitas fisik secara rutin, dan menontrol stress akan melindungi seseorang dari berbagai kondisi kronis, termasuk kanker, penyakit kardiovaskular, diabetes dan stroke (Bailey et al., 2019)

### B. Teori tentang *Healthy Lifestyle Behaviors*

Teori tentang perilaku gaya hidup sehat mencakup berbagai pendekatan dan model yang digunakan untuk memahami faktor-faktor yang memengaruhi perilaku individu

# BAB

# 4

# PENGETAHUAN

## A. Definisi Pengetahuan

Pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang merupakan hasil dari upaya yang dilakukan dalam mencari suatu kebenaran atau penyelesaian suatu masalah (Darsini dkk, 2019). Benjamin S Bloom mendefinisikan pengetahuan sebagai sebuah hasil dari tahu, dan ini didapat setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek. Pengetahuan menjadi peran kunci dalam membentuk pemahaman dan kesadaran yang mendorong perubahan perilaku kesehatan (Ammouri et al., 2018).

Pengetahuan individu tentang suatu objek mengandung dua aspek, yaitu aspek positif dan aspek negatif. Adanya aspek positif dan aspek negatif tersebut dapat menentukan sikap individu dalam berperilaku dan jika lebih banyak aspek dan objek positif yang diketahui dapat menimbulkan perilaku positif terhadap objek tertentu (Sinaga, 2021).

Notoatmodjo (2010) mengklasifikasikan pengetahuan menjadi beberapa jenis, yaitu:

1. Pengetahuan faktual, yaitu pengetahuan berupa potongan-potongan berita yang beredar.
2. Pengetahuan konseptual, yaitu pengetahuan yang menentukan keterlibatan antara unsur- unsur dasar dalam struktur yang lebih besar dan semuanya berfungsi dan hidup berdampingan

## DAFTAR PUSTAKA

- Abbasi, F., Ghahremani, L., Nazari, M., Fararouei, M., & Khoramaki, Z. (2021). Lifestyle in Female Teachers: Educational Intervention Based on Self-Efficacy Theory in the South of Fars Province, Iran. *BioMed Research International*, 2021. <https://doi.org/10.1155/2021/6177034>
- Adliyani, Zaraz Obella Nur. (2015). Pengaruh Perilaku Individu Terhadap Hidup Sehat. *Medical Journal of Lampung University*, 4(7) : 109-14.
- Agustina, R., & Raharjo, B. B. (2015). Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Usia Produktif (25-54 Tahun). *Unnes Journal of Public Health*, 4(4), 146-158. <https://doi.org/10.15294/ujph.v4i4.9690>
- Akintunde AA, Saka WA, Adeniyi DB, Salawu AA, Opadijo OG. (2017). Cardiometabolic risk factors and metabolic syndrome: A study of the prevalence and level of awareness of related risk factors among schoolteachers in Ogbomoso, Southwest Nigeria. *Annals of Health Research*, 3(1) : 50-59
- Ammouri, A. A., Abu Raddaha, A. H., Tailakh, A., Kamanyire, J., Achora, S., & Isac, C. (2018). Risk knowledge and awareness of coronary heart disease, and health promotion behaviors among adults in Oman. *Research and Theory for Nursing Practice*, 32(1), 46-62. <https://doi.org/10.1891/0000000Y.32.1.46>
- Al-Qahtani, M. F. (2019). Comparison of health-promoting lifestyle behaviours between female students majoring in healthcare and non-healthcare fields in KSA. *Journal of Taibah University Medical Sciences*, 14(6), 508-514. <https://doi.org/10.1016/j.jtumed.2019.10.004>
- Astasari, A. (2022). Mengenal faktor risiko Penyakit Jantung Koroner. *Kemendes RI*. <https://promkes.kemkes.go.id/mengenal-faktor-risiko--penyakit-jantung-koroner>. ( Diakses tgl 07/02/2023).

- Atmadja, T. F. A., Yuniyanto, A. E., Yuliantini, E., Haya, M., Faridi, A., & Suryana, S. (2020). Gambaran sikap dan gaya hidup sehat masyarakat Indonesia selama pandemi Covid-19. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 5(2), 195. <https://doi.org/10.30867/action.v5i2.355>
- Awi, T., Darliana, D., & Ahyana. (2021). Pengetahuan tentang faktor risiko pada pasien penyakit jantung koroner. *JIM FKep*, 5(1), 162-167. <http://jim.unsyiah.ac.id/FKep/article/view/18215/8460>
- Alzaharani, S. H., Malik, A. A., Bashawri, J., Shaheen, S. A., Shaheen, M. M., Alsaib, A. A., Mubarak, M. A., Adam, Y. S., & Abdulwassi, H. K. (2019). Health promoting lifestyle profile and associated factors among medical students in a Saudi university. *SAGE Open Medicine*, Vol. 7. <https://doi.org/10.1177/2050312119838426>
- Ayres, C.G & Pontes, N.M. (2018) Use of Theory to Examine Health Responsibility in Urban Adolescents. *Journal of Pediatric Nursing*, 38, 40-45. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2017.09.011>
- Bailey, R. R., Phad, A., McGrath, R., Tabak, R., & Haire-Joshu, D. (2019). Prevalence of 3 Healthy Lifestyle Behaviors Among US Adults With and Without History of Stroke. *Preventing chronic disease*, 16, E23. <https://doi.org/10.5888/pcd16.180409>
- Black, J., & Hawks, J. (2014). *Keperawatan Medikal Bedah (Edisi 8; & R. W. . S. A.Suslia, F. Ganiajri, P.P. Lestari, Ed.)*. Jakarta : Salemba Medika
- Brown, J., C., Gerhardt T., E., Kwon, E. (2021). *Risk Factors For Coronary Artery Disease (Online)*. USA : StatPearls Publishing.
- Cardiovascular, E. S. C. (2021). SCORE2 risk prediction algorithms: New models to estimate 10-year risk of cardiovascular disease in Europe. *European Heart Journal*, 42(25), 2439 - 2454. <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehab309>

- Choudhary SB, Rao V, Suneetha S. (2015). *A emerging occupational stress in schoolteachers*. A paper presentation at th 54th National Conference Kochi, India. Retrieved 17 February 2023 from <http://www.stress/teachers/document.hlm>
- Cleven, L., Krell-Roesch, J., Nigg, C. R., & Woll, A. (2020). The association between physical activity with incident obesity, coronary heart disease, diabetes and hypertension in adults: a systematic review of longitudinal studies published after 2012. *BMC public health*, 20(1), 726. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-08715-4>
- Dafriani P. (2018). Hubungan Pola Makan dan Aktifitas Fisik Terhadap Kejadian Diabetes Melitus di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD dr. Rasidin Padang. *NERS Jurnal Keperawatan*, 13(2):70-77.
- Darsini, D., Fahrurrozi, F., & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 13. Retrieved from <https://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jk/article/view/96>
- Delfino, L. D., Tebar, W. R., Tebar, F. C. S. G., DE SOUZA, J. M., Romanzini, M., Fernandes, R. A., & Christofaro, D. G. D. (2020). Association between sedentary behavior, obesity and hypertension in public school teachers. *Industrial Health*, 58(4), 345–353. <https://doi.org/10.2486/indhealth.2019-0170>
- Dharma, K., K. (2019). *Metode Penelitian Keperawatan*. Jakarta : Trans Info Media
- Eguchi E, So H, Honjo K, Tamakoshi A. (2016). Impact of healthy lifestyle behaviors and education level on cardiovascular mortality: The Japan collaborative cohort study. *Circulation*. 133(1) : 211. [https://doi.org/10.1161/circ.133.suppl\\_1.p211](https://doi.org/10.1161/circ.133.suppl_1.p211)
- Eyuboglu, M., Karayakalı, M., Karaman, K., Arisoy, A., & Celik, A. (2020). Utility of Systematic Coronary Risk Evaluation (SCORE) system to predict coronary artery disease severity in low to moderate risk hypertensive patients undergoing

- elective coronary angiography. *Arterial Hypertension (Poland)*, 24(3), 128–134. <https://doi.org/10.5603/AH.A2020.0017>
- Familoni, ID & Moronkola, OA & Familoni, OB. (2021). Knowledge, Attitude and At-Risk Behaviour for Heart Diseases among Secondary School Teachers in Ibadan Metropolis. *Annals of Health Research*. 7(4) : 347-357. <https://doi.org/10.30442/ahr.0704-03-145>
- Fatahya, & Abidin, F. A. (2017). Literasi Kesehatan Mental dan Status Kesehatan Mental Dewasa Awal Pengguna Media Sosial. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 1(3), 625–634.
- Fink, G. (2017) Stress: Concepts, Definition and History. In Reference Module Inneuroscience and Biobehavioral Psychology. *Elsevier Inc.*, 1-9. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-809324-5.02208-2>
- Ghaddar, F., Zeidan, R. K., Salameh, P., Tatari, S., Achkouty, G., & Maupas-Schwalm, F. (2022). Risk Factors for Coronary Heart Disease Among Lebanese Women: A Case-Control Study. *Vascular health and risk management*, 18, 297–311. <https://doi.org/10.2147/VHRM.S350108>
- Ghani, L., Susilawati, M. D., & Novriani, H. (2016). Faktor Risiko Dominan Penyakit Jantung Koroner di Indonesia. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 44(3), 153–164. <https://doi.org/10.22435/bpk.v44i3.5436.153-164>
- Hajar R. (2017). Risk Factors for Coronary Artery Disease: Historical Perspectives. *Hear Views*. 18(3) :109-14. [https://doi.org/10.4103%2FHEARTVIEWS.HEARTVIEWS\\_106\\_17](https://doi.org/10.4103%2FHEARTVIEWS.HEARTVIEWS_106_17)
- Havranek EP., Mujahid MS., Barr DA., Blair IV., Cohen MS., et al. (2015). Social determinants of risk and outcomes for cardiovascular disease: a scientific statement from the American heart association. *Circulation*, 132 (9) : 873-98. <https://doi.org/10.1161/cir.0000000000000228>



- Habiibi, Hafizh Hardi. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Sikap dan Perilaku Guru di Yayasan Pendidikan Jabal Rahmah Mulia terhadap Faktor Risiko Terjadinya Penyakit Jantung Koroner. *Skripsi*, 1-82. <https://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/80657>
- Hidayat, M., K. (2022). Hubungan Pengetahuan Tentang Faktor Risiko Penyakit Jantung Koroner dengan Penerapan Gaya Hidup Sehat Pada Mahasiswa S1 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas . *Skripsi*, 1 - 128.
- Huang, J. H., Li, R. H., Huang, S. L., Sia, H. K., Hsu, W. T., & Tang, F. C. (2019). Health-associated nutrition and exercise behaviors in relation to metabolic risk factors stratified by body mass index. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(5), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph16050869>
- Indrawati, L. (2014). Hubungan Antara Pengetahuan, Sikap, Persepsi, Motivasi, Dukungan Keluarga dan Sumber Informasi Pasien Penyakit Jantung Koroner dengan Tindakan Pencegahan Sekunder Faktor Risiko (Studi Kasus di RSPAD Gatot Soebroto Jakarta). *Jur Ilmiah Widya*, 2(3), 30–36.
- Joseph-Shehu E., Ncama B. (2019). Health-Promoting lifestyle behaviour of workers: a systematic review. *Occupational Health Southern Africa*, 25(2) : 60–6. <https://hdl.handle.net/10520/EJC-151b961429>
- Jousilahti, P., Laatikainen, T., Peltonen, M., Borodulin, K., Männistö, S., Jula, A., Salomaa, V., Harald, K., Puska, P., & Vartiainen, E. (2016). Primary prevention and risk factor reduction in coronary heart disease mortality among working aged men and women in eastern Finland over 40 years: Population based observational study. *BMJ (Online)*, 352, 1–8. <https://doi.org/10.1136/bmj.i721>
- Karikatti SS, Naik VA, Hall Appanavar AB, Mallapur MD. Assessing risk of cardiovascular disease among schoolteachers: A high risk approach at school settings. (2016). *Indian J Public Health Res Devt*, 7 : 162-167. <https://doi.org/10.5958/0976-5506.2016.00087.5>

- Katta, N., Loethen, T., Lavie, C. J., & Alpert, M. A. (2021). Obesity and Coronary Heart Disease: Epidemiology, Pathology, and Coronary Artery Imaging. *Current Problems in Cardiology*, 46(3), 100655. <https://doi.org/10.1016/j.cpcardiol.2020.100655>
- Kilicarslan Toruner E, Altay N, Ceylan C, Arpacı T, Sari C. Meaning and Affecting Factors of Spirituality in Adolescents. *Journal of Holistic Nursing*. 38(4) : 362-372. <https://doi.org/10.1177/0898010120920501>
- Kjellström, S., & Golino, H. (2019). Mining concepts of health responsibility using text mining and exploratory graph analysis. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 26 (6), 395 – 410. <https://doi.org/10.1080/11038128.2018.1455896>
- Kornelani, K., & Aisyah, I. S. (2018). Analisis Risiko Kejadian Pradiabetes Pada Guru Sekolah In Regol Bandung. *Jurnal Ilmu Kesehatan.*, 12(4), 48–49.
- Lamorte, W, W. (2016). *Pathogenesis of Atherosclerosis*. From [http://sphweb.bumc.bu.edu/otlt/MPHModules/PH/PH/PH709\\_Heart/PH709\\_Heart3.html](http://sphweb.bumc.bu.edu/otlt/MPHModules/PH/PH/PH709_Heart/PH709_Heart3.html) Retrieved February 08, 2023.
- Lewis SL, Bucher L, Heitkemper MM, & Harding MM. (2017). *Medical-surgical nursing: assessment and management of clinical problems (10th ed.)*. St. Louis : Elsevier.
- Liu, Q., Huang, Y. J., Zhao, L., Wang, W., Liu, S., He, G. P., Liao, L., & Zeng, Y. (2020). Association between knowledge and risk for cardiovascular disease among older adults: A cross-sectional study in China. *International Journal of Nursing Sciences*, 7(2), 184–190. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2020.03.008>
- Mailey EL, Rosenkranz SK, Casey K, Swank A. (2016). Comparing the effects of two different break strategies on occupational sedentary behavior in a real world setting: a randomized trial. *Prev Med Rep* 4, 423–8.

- Marniati, M., Notoatmodjo, S., Kasiman, S., & Rochadi, R. K. (2019). Gaya Hidup Penderita Penyakit Jantung Koroner Di Rumah Sakit Zainoel Abidin Banda Aceh. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 5(2), 193. <https://doi.org/10.33143/jhtm.v5i2.404>
- Malakar, A. K., Choudhury, D., Halder, B., Paul, P., Uddin, A., & Chakraborty, S. (2019). A review on coronary artery disease, its risk factors, and therapeutics. *Journal of cellular physiology*, 234(10), 16812–16823. <https://doi.org/10.1002/jcp.28350>
- Menotti, A., & Puddu, P. E. (2015). Lifetime prediction of coronary heart disease and heart disease of uncertain etiology in a 50-year follow-up population study. *International journal of cardiology*, 196, 55–60. <https://doi.org/10.1016/j.ijcard.2015.05.151>
- Mini, G. K., Sarma, P. S., Priya, C., & Thankappan, K. R. (2020). Control of hypertension among teachers in schools in Kerala (CHATS-K), India. *Indian heart journal*, 72(5), 416 – 420. <https://doi.org/10.1016/j.ihj.2020.06.005>
- Michniewicz E., Mlodawska E., Lopatowska P., Tomaszuk-Kazberuk A., Malyszko J. (2018). Patients with atrial fibrillation and coronary artery disease - Double trouble. *Adv Med Sci*. 63(1) : 30-35. <https://doi.org/10.1016/j.advms.2017.06.005>
- Montazeri, N., Kianipour, N., Nazari, B., Ziapour, A., & Bakhshi, S. (2017). Health promoting behaviors among university students: A case-sectional study of Kermanshah University of Medical Sciences. *International Journal of Pediatrics*, 5 (6), 5091–5099. <https://doi.org/10.22038/ijp.2017.8631>
- Mulhayana, Gea, N. Y. K., & Simamora, R. S. (2022). Hubungan Hipertensi dengan Risiko Kejadian Penyakit Jantung Koroner Pada Guru- Guru Sekolah Dasar Negeri Kelurahan Dukuh karya Tahun 2022 The Correlation of Hypertension with The Risk of Incident Coronary artery Disease In Elementary School Teachers The Du. *Jurnal Medicare*, 1(4), 1–11.
- Mukhtazar. (2020). *Prosedur Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta : Absolute Media

- National Heart Lung & Blood Institute. (2015). *Coronary Heart Disease*. Retrieved February 08, 2023, from <https://www.nhlbi.nih.gov/healthtopics/coronary-heart-disease>
- Notara, V., Panagiotakos, D.B., & Pitsavos, C. (2014). Secondary prevention of acute coronary syndrome, socio-economic and lifestyle determinants: A literature review. *Cent Eur J Public Health*, 22(3), 175–182. <https://doi.org/https://doi.org/10.21101/cejph.a3960>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Oman, D. (2018). *Why spirituality and religion matter for public health*. USA : Springer International Publishing.
- Pedro, J., Cevalco, A., Brandolini, P., & Soldati, M. (2015). Assessment of shallow landslide risk mitigation measures based on land use planning through probabilistic modelling. *Springer Link*; 2015, 12 (1), 101-104
- Pencina, M. J., Navar, A. M., Wojdyla, D., Sanchez, R. J., Khan, I., Elassal, J., D'agostino, R. B., Peterson, E. D., & Sniderman, A. D. (2019). Quantifying Importance of Major Risk Factors for Coronary Heart Disease. *Circulation*, 139 (13), 1603–1611. <https://doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.117.031855>
- Pender, N. J., Murdaugh, C. L. & Parsons, M. A. (2015). *Health Promotion in Nursing Practice (5th edition)*. Upper Saddle River, USA : Pearson Education/Prentice Hall Inc
- Peterman, J. E., Loy, S., Carlos, J., Arena, R., & Kaminsky, L. A. (2021). Increasing physical activity in the community setting. *Cardiovascular diseases*, 64, 27–32. <https://doi.org/10.1016/j.pcad.2020.10.008>
- Petruzzo, M., Reia, A., Maniscalco, G. T., Luiso, F., Lanzillo, R., Russo, C. V., Carotenuto, A., Allegorico, L., Palladino, R., Brescia Morra, V., & Moccia, M. (2021). The Framingham cardiovascular risk score and 5-year progression of multiple sclerosis. *European Journal of Neurology*, 28(3), 893–900. <https://doi.org/10.1111/ene.14608>

- Pring, R. (2019). *Challenges for Religious Education*. London : Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429298653-7>
- Putra, A. W. S., & Podo, Y. (2017). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan masyarakat dalam mitigasi bencana alam tanah longsor. *Urecol 6th*, 305-314. <http://journal.unimma.ac.id/index.php/urecol/article/view/1549>
- Quiñones-Laveriano, D. M., Cervera-Ocaña, M. S., Porro-Diaz, L. V., Reynel, K. J., & De La Cruz-Vargas, J. A. (2022). Correlation between stress and lifestyle in teachers at some schools in Lima, Peru, during telework in 2020. *Work*, 72(2), 409-419. <https://doi.org/10.3233/WOR-211224>
- Radiah, R., & Nursasi, A. Y. (2017). Knowledge Level and Health Promoting Lifestyle in Nursing Students. *UI Proc. Health Med*, 3 (3) 54-58. <https://doi.org/10.7454/UIPHM.V3I1.194>
- Ramachandran, H. J., Wu, V. X., He, H. G., Jiang, Y., & Wang, W. (2016). Awareness, knowledge, healthy lifestyle behaviors, and their correlates to coronary heart disease among working women in Singapore. *Heart and Lung: Journal of Acute and Critical Care*, 45(4), 341-349. <https://doi.org/10.1016/j.hrtlng.2016.05.034>
- Ridwan, M., Masthurina, D., Saminan, ., Sary, N. L., & Suryadi, T. (2020). Knowledge of Coronary Heart Disease Risk Factors among People in Banda Aceh. In *Proceedings of the 2nd Syiah Kuala International Conference on Medicine and Health Sciences - SKIC-MHS* : 211-215. <https://doi.org/10.5220/0008791902110215>
- Riechmann-Wolf, M., Jankowiak, S., Schulz, A., Hegewald, J., Romero Starke, K., Liebers, F., Rossnagel, K., Poplawski, A., Arnold, N., Nübling, M., Seidler, A., Beutel, M., Pfeiffer, N., Lackner, K., Münzel, T., Bogner, K., Wild, P. S., Latza, U., & Letzel, S. (2021). Self-reported cardiovascular health of teachers: results from the 5-year follow-up of the Gutenberg Health Study cohort. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 94(2), 251-259. <https://doi.org/10.1007/s00420-020-01576-9>

- Riskesdas, K. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 85–86. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Rilantono, L., I. (2018). *Penyakit Kardiovaskular (PKV)*. Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Sadeghi, M., Daneshpour, M. S., Khodakarim, S., Momenan, A. A., Akbarzadeh, M., & Soori, H. (2020). Impact of secondhand smoke exposure in former smokers on their subsequent risk of coronary heart disease: evidence from the population-based cohort of the Tehran Lipid and Glucose Study. *Epidemiology and health*, 42, e2020009. <https://doi.org/10.4178/epih.e2020009>
- Safrul, S. A., Ginting, D., & Sinaga, J. (2018). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terhadap Terjadinya Penyakit Jantung Koroner Di Poli Jantung Rsud Pirngadi Medan Tahun 2017. *Jurnal Riset Hesti Medan*, 3(1), 41. <https://doi.org/10.34008/jurhesti.v3i1.21>
- Sari, E. A., Sari, S. P., & Pratiwi, S. H. (2018). Community Self-Efficacy of Coronary Heart Disease Based on Characteristic Risk Factors. *NurseLine Journal*, 3(2), 65. <https://doi.org/10.19184/nlj.v3i2.8341>
- Saygin Aydin, N., Ceyhan Dogan, S., Yucel, H., Zorlu, A., and Yilmaz, M.B. (2018). Effects of hospital-based cardiac rehabilitation and home-based exercise program in patients with previous myocardial infarction. *Cumhuriyet Medical Journal*, 40 (1) : 34-42. <https://doi.org/10.7197/223.vi.407614>
- Shahjehan, RD., Bhutta, BS. (2022). *Coronary Artery Disease* (Online). USA : StatPearls Publishing.
- Simbolon, D., Suryani, D., & Y. (2016). *Buku Saku Kader Kesehatan: Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular (Edisi 1)*. Yogyakarta : Deepublish.
- Suarningsih, N. K. A., & Suindrayasa, I. M. (2020). Awareness and Level of Knowledge in Preventing Coronary Heart Disease Among Community Sample. *Journal of A Sustainable Global*

South, 4(1) : 10-13.  
<https://doi.org/10.24843/jsgs.2020.v04.i01.p03>

Tiksnadi, B. B., Afrianti, R., Sofiatin, Y., Ridha, A., Fihaya, F. Y., Roesly, R. M. A., & Akbar, M. R. (2018). Gambaran Profil Risiko Kardiovaskular Berdasarkan Skor Kardiovaskular Jakarta Kader Kesehatan di Desa Cilayung Kecamatan Jatinagor. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(11), 926-929. <https://www.cholesterolfamiliar.org/formacion/guia.pdf%0A>

Udeh, K., Nwakasi, C., & Fulton, J. (2020). 'I think one of the ways they will help is to create awareness': primary school teachers' perceptions of cardiovascular diseases in Nigeria. *Global Health Promotion*, 27(4), 24-31. <https://doi.org/10.1177/1757975919893981>

Umuerrri, E. (2019). Heart disease: Lifestyle, knowledge, and perception among young Nigerian adults. *International Journal of the Cardiovascular Academy*, 5(4), 134. [https://doi.org/10.4103/ijca.ijca\\_28\\_19](https://doi.org/10.4103/ijca.ijca_28_19)

Umberson, D., & Karas Montez, J. (2010). Social Relationships and Health: A Flashpoint for Health Policy. *Journal of Health and Social Behavior*, 51(1), 54-66. <https://doi.org/10.1177/0022146510383501>

Virtanen, M., Vahtera, J., Singh-Manoux, A., Elovainio, M., Ferrie, J. E., & Kivimäki, M. (2018). Unfavorable and favorable changes in modifiable risk factors and incidence of coronary heart disease: The Whitehall II cohort study. *International Journal of Cardiology*, 269, 7-12. <https://doi.org/10.1016/j.ijcard.2018.07.005>

Volgman, A. S., Palaniappan, L. S., Aggarwal, N. T., Gupta, M., Khandelwal, A., Krishnan, A. V., Lichtman, J. H., Mehta, L. S., et al. (2018). Atherosclerotic Cardiovascular Disease in South Asians in the United States: Epidemiology, Risk Factors, and Treatments: A Scientific Statement From the American Heart Association. *Circulation*, 138(1), e1-e34. <https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000000580>

- Wahyuni, P. W., Rosjidi, C. H., & Nurhidayat, S. (2019). Identifikasi Usia Sebagai Faktor Risiko Penyakit Jantung Koroner pada Perempuan di Poli Jantung RSUD Dr. Harjono Ponorogo. *Health Sciences Journal*, 3(1), 115. <https://doi.org/10.24269/hsj.v3i1.225>
- Walker, S. N., Sechrist, K. R., & Pender, N. J. (1987). The Health-Promoting Lifestyle Profile: development and psychometric characteristics. *Nursing research*, 36(2), 76–81.
- Widayati, A., Fenty, F., & Linawati, Y. (2019). Hubungan antara Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Gaya Hidup Sehat dengan Risiko Penyakit Kardiovaskular pada Orang Dewasa di Pedesaan di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Indonesian Journal of Clinical Pharmacy*, 8(1) : 1-11. <https://doi.org/10.15416/ijcp.2019.8.1.1>
- Woessner, M. N., Tacey, A., Levinger-Limor, A., Parker, A. G., Levinger, P., & Levinger, I. (2021). The Evolution of Technology and Physical Inactivity: The Good, the Bad, and the Way Forward. *Frontiers in Public Health*, 9(5), 1–7. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.655491>
- Yeluri, S. R., Gara, H. K., & Vanamali, D. R. (2021). Assessment of Knowledge with Regard to Cardiovascular Disease Risk Factors among College Students Using Heart Disease Fact Questionnaire. *Journal of Evolution of Medical and Dental Sciences*, 10 (6), 347–351. <https://doi.org/10.14260/jemds/2021/78>
- Yuliana, E. (2017). *Analisis Pengetahuan Siswa Tentang Makanan yang Sehat dan Bergizi Terhadap Pemilihan Jajanan di Sekolah*. Skripsi. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Purwokerto
- Zhu, D., Zhao, G., & Wang, X. (2021). Association of Smoking and Smoking Cessation With Overall and Cause-Specific Mortality. *American Journal of Preventive Medicine*, 60 (4), 504–512. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2020.11.003>



## TENTANG PENULIS

### **Ns. Randy Refnandes, S.Kep., M.Kep.**

Staf pengajar pada Departemen Keperawatan, Fakultas Keperawatan Unand. Menyelesaikan pendidikan Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners pada Fakultas Kedokteran Universitas Andalas (2008-2011), pendidikan Magister Keperawatan Peminatan Keperawatan Jiwa pada Program Pasca Sarjana Universitas Andalas (2013-2015). Kegiatan pendidikan, pengajaran, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat difokuskan pada berbagai masalah kesehatan di area dan lingkup keperawatan jiwa (Psychiatric Nursing), keperawatan gerontik (Gerontologic Nursing), keperawatan komunitas (Community Health Nursing) dan keperawatan kesehatan keluarga (Family Health Nursing). Berbagai hasil karya ilmiah telah dipublikasikan dalam bentuk artikel ilmiah baik pada jurnal nasional maupun jurnal internasional.

Email Penulis: [kiranrefnandes@gmail.com](mailto:kiranrefnandes@gmail.com)