

ABSTRAK

ANALISIS FAKTOR RISIKO PERILAKU PENYAKIT TIDAK MENULAR DI PUSKESMAS SULILIRAN BARU KABUPATEN PASER KALIMANTAN TIMUR

Oleh : Kusnadi, Yuly Peristiowati, Indasah

Program Pasca Sarjana Kesehatan Masyarakat Institut Ilmu Kesehatan Strada
Indonesia

Penyakit tidak menular (PTM) adalah penyakit yang tidak disebabkan oleh kuman atau virus penyakit dan tidak ditularkan kepada orang lain, termasuk cedera akibat kecelakaan dan tindak kekerasan. Penyakit tidak menular terjadi akibat interaksi agent (*non living agent*) dan lingkungan sekitar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh factor risiko penyakit tidak menular di Puskesmas Suliliran Baru, Kabupaten Paser, Kalimantan Timur. Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan “*cross sectional*”. Teknik sampling yang digunakan adalah *Simple Random Sampling* dengan sampel sebanyak 169 responden. Teknik analisa data menggunakan *uji regresi linier*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku merokok tidak berpengaruh terhadap penyakit tidak menular dengan nilai signifikansi 0,103. Kurangnya aktifitas fisik juga tidak ada pengaruh terhadap penyakit menular dengan nilai signifikansi 0,06. Pola makan terhadap penyakit tidak menular khususnya pada konsumsi garam berlebih terhadap hipertensi menunjukkan ada pengaruh dengan signifikansi 0,001, Konsumsi lemak berlebih terhadap hipertensi ada pengaruh dengan nilai signifikansi 0,002, dan kurang konsumsi buah dan sayur terhadap penyakit jantung koroner juga menunjukkan ada pengaruh dengan nilai signifikansi 0,003. Sementara satu variabel yaitu konsumsi alkohol tidak dapat dilakukan uji karena tidak satupun responden didapati mengkonsumsi alkohol. Asupan garam berlebih akan meningkatkan jumlah natrium dalam sel dan mengganggu keseimbangan cairan. Masuknya cairan ke dalam sel akan mengecilkan diameter pembuluh darah arteri sehingga jantung harus memompa darah lebih kuat yang berakibat meningkatnya tekanan darah. Konsumsi lemak berlebih akan beresiko meningkatkan kadar LDL yang berperan membawa kolesterol ke pembuluh darah koroner. Pembuluh darah koroner akan mengalami penyempitan (*atherosclerosis*). Buah dan sayuran banyak mengandung pektin. Pektin menurunkan kadar kolesterol darah dengan mengikat asam empedu dan mengurangi reabsorpsinya di usus halus. Propionat, produk fermentasi pektin, menghambat kerja HMG-KoA reduktase. Pektin berpengaruh terhadap penurunan risiko penyakit jantung koroner.

Kata kunci : Penyakit tidak menular, faktor risiko, merokok, aktifitas fisik