

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Jantung koroner merupakan kelainan pada satu atau lebih pembuluh darah koroner dimana terdapat penebalan dalam dinding pembuluh darah disertai adanya plak yang mengganggu aliran darah ke otot jantung yang akibatnya dapat mengganggu fungsi jantung. Menurut Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (2013) Penyakit Jantung Koroner ditandai dengan nyeri dada atau terasa tidak nyaman di dada atau dada terasa tertekan berat. Ketika sedang mendaki/kerja berat ataupun berjalan terburu-buru pada saat berjalan di jalan datar atau berjalan jauh.(Tarawan et al., 2020).

Penyakit jantung koroner (PJK) ini masih merupakan masalah kesehatan yang penting dan berdampak secara sosio-ekonomi karena biaya obat-obatan yang cukup mahal, lamanya waktu perawatan dan pengobatan, serta pemeriksaan penunjang lain yang diperlukan dalam proses pengobatan. Upaya pencegahan melalui deteksi dini faktor resiko dan upaya pengendaliannya sangat penting dilakukan(Ghani et al., 2016).

Pada tanggal 30 Juli 2022 dalam *virtual press conference*, Dr. Radityo Prakoso, Sp.JP(K), FIHA yang merupakan ketua PERKI(Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia) mengatakan bahwa data terbaru Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menunjukkan bahwa penyakit jantung koroner dan stroke masih menduduki peringkat pertama dan kedua penyebab kematian utama di dunia. Adapun jumlah kematian akibat penyakit jantung ini secara global mencapai 18,6 juta orang setiap tahunnya. Menurut beliau, angka kematian tersebut diperkirakan akan terus meningkat menjadi 20,5 juta orang pada tahun 2020 dan 24,2 juta orang meninggal karena penyakit jantung pada tahun 2030.

Upaya pencegahan pada penderita PJK bertujuan agar risiko kematian dapat dikurangi serta serangan jantung tidak berulang. Upaya ini perlu dilakukan karena proses aterosklerosis yang mendasari PJK bisa juga terjadi pada pembuluh darah organ lain di otak, aorta, arteri karotis, arteri perifer. Kunci pencegahan diantaranya dengan pengendalian kadar lipid darah dan diet yang sehat (Cresti,2016).

Menurut data Riskesdas tahun 2018, prevalensi penyakit jantung di Provinsi Lampung sebesar 1,2% atau sekitar 32.148 orang. Beberapa faktor risiko penyakit jantung antara lain kurang konsumsi sayur buah, pola konsumsi makanan berisiko seperti makanan manis, asin, berlemak, jeroan, dan berkafein

Di Kota Metro pada tahun 2019 sampai dengan Juni 2021 prevelansi penderita jantung koroner sebanyak 1.176 orang dengan kematian 1 orang, dan gagal jantung sebanyak 1.374 orang dengan kematian 8 orang. Prevalensi penyakit jantung koroner di RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro sebesar 748 pasien rawat jalan pada tahun 2021.

Penyakit tidak menular adalah penyakit yang tidak bisa ditularkan antar individu, dan perkembangannya berjalan perlahan dalam jangka waktu yang panjang (kronis) (Kemenkes RI, 2015). Tingginya angka prevalensi penyakit tidak menular ini berhubungan dengan pola hidup yang tidak sehat akibat kurang konsumsi serat dan jarang berolahraga. Dari data Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa 95,5% masyarakat Indonesia kurang mengonsumsi sayur dan buah. Dan aktifitas fisik menunjukkan 33,5% masyarakat kurang aktivitas gerak, dan 29,3% masyarakat usia produktif merokok setiap hari (Kemenkes RI, 2018). Hal tersebut sebagai pemicu meningkatnya penyakit degeneratif, salah satunya penyakit jantung koroner (PJK).

Berdasarkan Hasil Riskesdas tahun 2018, diketahui bahwa tingkat konsumsi lemak jenuh masyarakat Indonesia termasuk tinggi yaitu ≥ 1 kali per hari 41,7%. Adapun tingkat konsumsi lemak yang dianjurkan untuk pasien PJK yakni lemak sedang diberikan 20-25% dari kebutuhan energi total, dengan komposisi 10% lemak jenuh dan 10-15% lemak tidak jenuh. Dan bahan makanan sumber kolesterol dianjurkan dibatasi maksimal 200 mg/hari (PERSAGI & AsDI, 2019).

Asupan serat makanan yang cukup telah terbukti memiliki manfaat metabolik dan kardiovaskular sedangkan mekanisme molekulernya masih terbatas. Serat dapat menurunkan lebih dari 5% tingkat kolesterol dalam darah. Serat dalam saluran pencernaan dapat mengikat garam empedu yang kemudian akan dikeluarkan bersamaan dengan feses. Peningkatan ekskresi kolesterol dalam feses akan menurunkan jumlah kadar kolesterol yang menuju ke hati yang kemudian meningkatkan pengambilan kolesterol di darah yang akan disintesis untuk menjadi asam empedu (Setyaji & Mulyati,2013).

Adapun tingkat konsumsi serat setiap hari yang dianjurkan yaitu 25-30 gr/hari (PERSAGI & AsDI, 2019). Berdasarkan Hasil Riskesdas tahun 2018, diketahui bahwa tingkat konsumsi serat masyarakat Indonesia termasuk rendah yaitu 10,7% tidak mengonsumsi sayur dan buah perhari dalam seminggu. Hal tersebut berdampak terhadap menurunnya kualitas kesehatan (Riskesdas,2018).

Serat di dalam tubuh bersifat hipokolesterolemik dan memiliki efek penurunan kolesterol yang bermanfaat untuk melawan Penyakit Jantung Koroner (PJK). Beberapa mekanisme penurunan kolesterol oleh serat adalah dengan mencegah sintesis kolesterol, menurunkan jumlah energi makanan sehingga mengurangi sintesis kolesterol dan meningkatkan ekskresi empedu, menurunkan ketersediaan kolesterol dan menghambat absorpsi kolesterol sehingga menurunkan jumlah kolesterol yang ditransfer ke aliran darah (Cresti,2016).

Menurut Riskesdas 2018, proporsi penduduk Indonesia berusia ≥ 15 tahun dengan kadar kolesterol total di atas kadar normal, kadar kolesterol total kategori borderline 200-239 mg/dl, kategori tinggi ≥ 240 mg/dl) sebesar 21,2%. Proporsi Kadar Kolesterol menurut karakteristik jenis kelamin lebih tinggi dijumpai pada jenis kelamin perempuan (sebesar 24,0%) dibanding laki-laki (18,3%).

Berdasarkan survei yang dilakukan di 8 negara Asia, 50% penduduk Asia gagal menurunkan kadar kolesterol jahat sesuai dengan target yang disarankan. Sedangkan angka kegagalan Indonesia mencapai angka yang cukup besar yaitu 70%. Tidak heran jika penyakit-penyakit seperti jantung koroner dan stroke masih menjadi salah satu faktor terbesar terjadinya kematian di Indonesia. Hasil Riskesdas tahun 2013 proporsi penduduk Indonesia dengan kadar kolesterol di

atas normal lebih tinggi pada perempuan yaitu sebesar 39,6% jika dibandingkan dengan laki-laki sebesar 30% (Annies,2015).

Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan oleh Jayanti (2018) di RSUP Sanglah Denpasar menunjukan bahwa dari 86 sampel, sejumlah 65 sampel (75,6%) tingkat konsumsi lemak berada pada kategori tidak baik.

Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan oleh Yanti, Suryana, dan Fitri (2020) Hasil penelitian menunjukkan bahwa 40,6% pasien PJK dengan profil lipid tinggi ternyata mempunyai asupan karbohidrat yang lebih, begitu juga dengan asupan lemak (46,9%).

Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan oleh Nurani (2016) di RSUD Dr. Moewardi mengenai asupan serat dengan kadar kolesterol total pada penderita penyakit jantung koroner, menyatakan hasil penelitian yang dilakukan tidak ada hubungan asupan serat dengan kadar kolesterol total darah pada penderita penyakit jantung koroner.

Berdasarkan uraian tersebut diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Gambaran Asupan Lemak, Serat dan Kolesterol pada Penderita Penyakit Jantung Koroner.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah gambaran asupan lemak, serat dan kolesterol pada Penyakit Jantung Koroner?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran mengenai Asupan Lemak, Serat dan Kolesterol pada Penderita Penyakit Jantung Koroner di Poli Klinik Rawat Jalan RSUD Jendral Ahmad Yani Metro tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya gambaran asupan lemak pada penderita penyakit jantung koroner.
- b. Diketuainya gambaran asupan serat pada penderita penyakit jantung koroner.
- c. Diketuainya gambaran asupan kolesterol pada penderita penyakit jantung koroner.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk mengetahui gambaran asupan lemak, serat dan kolesterol pada penderita penyakit jantung koroner.

2. Manfaat Aplikatif

Dapat memperoleh pengetahuan dan pengalaman dalam mengaplikasikan teori teori yang didapat dalam bentuk penelitian. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan data untuk upaya-upaya dalam peningkatan pemberian pengetahuan kepada mahasiswa-mahasiswa dalam bidang kesehatan.

E. Ruang Lingkup

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian “Gambaran Asupan Lemak, Serat dan Kolesterol Pada Penderita Penyakit Jantung Koroner Di RSUD Jendral Ahmad Yani Metro. Subjek dalam penelitian ini adalah pasien penderita penyakit jantung koroner yang berkunjung di Poli Klinik Rawat Jalan RSUD Jendral Ahmad Yani Metro dengan jumlah 20 responden. Menunggunakan analisis univariat. Variabel dalam penelitian ini adalah asupan lemak,serat, serta kolesterol pada pasien penyakit jantung koroner. Penelitian ini dimulai dari tanggal 23 mei 2023 sampai dengan 31 mei 2023.