

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan salah satu penyakit yang dapat menyebabkan kematian. Kematian yang disebabkan oleh Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan salah satu kematian dengan angka tertinggi di dunia (Elfi *et al.*, 2021). Jenis PTM yang menjadi penyebab utama kematian adalah penyakit yang menyerang sistem kardiovaskular, salah satunya yaitu Penyakit Jantung Koroner (PJK) (Tampubolon, Ginting and Saragi Turnip, 2023). Penyakit Jantung Koroner (PJK) terjadi oleh adanya penebalan dan pembentukan plak di dalam pembuluh darah atau biasa disebut aterosklerosis, yang menyebabkan pembuluh darah menyempit dan tersumbat. Hal tersebut mengakibatkan aliran darah ke otot jantung terganggu dan berkurang (Rahayu, Hakim and Harefa, 2021).

Penyakit Jantung Koroner (PJK) dapat disebabkan oleh faktor yang tidak dapat dikontrol dan faktor yang dapat dikontrol. Faktor yang tidak dapat dikontrol meliputi usia, jenis kelamin, dan riwayat keluarga. Sedangkan faktor yang dapat dikontrol meliputi aktivitas fisik, kebiasaan merokok, obesitas, hipertensi, diabetes melitus, kolesterol, dan dislipidemia (Tampubolon, Ginting and Saragi Turnip, 2023). Dislipidemia merupakan salah satu faktor penyebab Penyakit Jantung Koroner (PJK) yang diakibatkan oleh penumpukan kolesterol pada dinding arteri dan menyebabkan pembuluh darah menyempit (Husni *et al.*, 2018). Penumpukan kolesterol terjadi karena terlalu sering mengonsumsi makanan tinggi lemak. Asupan lemak berlebih cenderung dapat

meningkatkan profil lipid dan lemak dalam darah, sehingga terjadi penumpukan kolesterol pada dinding arteri atau biasa disebut aterosklerosis (Sahara and Adelina, 2021). Pernyataan tersebut diperkuat dengan hasil penelitian Rahma & Wirjatmadi (2018), yang menyatakan bahwa 40% responden PJK memiliki asupan lemak >30% dan hasil uji statistiknya menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara asupan lemak dengan kejadian penyakit jantung koroner.

Asupan karbohidrat yang berlebih juga dapat menyebabkan kadar glukosa dan trigliserida dalam darah meningkat, serta dapat menurunkan kadar HDL (*High Density Lipoprotein*). Apabila kadar trigliserida meningkat dan kadar HDL menurun, dapat menyebabkan aterosklerosis atau pembentukan plak pada dinding arteri jantung (Lestari *et al.*, 2023). Pernyataan tersebut sejalan dengan hasil penelitian Marlinda dkk, (2020) yang menyatakan bahwa sebesar 45,8% responden yang mengonsumsi karbohidrat dengan frekuensi sering, hampir separuhnya memiliki penyakit jantung koroner dan hasil uji statistiknya menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara konsumsi karbohidrat dengan kejadian PJK.

Salah satu upaya untuk menurunkan kadar kolesterol dalam darah yaitu dengan mengonsumsi serat yang cukup. Serat dalam makanan memiliki sifat menyerap asam empedu, yang akan dikeluarkan melalui tinja/feses. Ketika asam empedu diikat oleh serat, maka jumlah asam empedu akan berkurang dan kolesterol dalam darah akan membentuk asam empedu yang baru. Dengan demikian, akan terjadi penurunan kadar kolesterol dalam darah dan dapat mengurangi kemungkinan terjadinya penyumbatan pembuluh darah pada

jantung (Hasneli *et al.*, 2024). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sena dkk (2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara asupan serat dengan kadar kolesterol total dimana akan terjadi peningkatan kadar kolesterol total apabila asupan seratnya rendah. Kemudian, untuk mencegah keparahan pada penderita Penyakit Jantung Koroner (PJK), maka penderita harus melakukan diet. Diet yang sesuai bagi penderita Penyakit Jantung Koroner (PJK) adalah diet jantung atau diet rendah lemak tinggi serat. Diet ini mengatur dan membatasi konsumsi makanan tinggi lemak serta anjuran untuk meningkatkan konsumsi serat (PERSAGI and ASDI, 2019).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2021 menunjukkan bahwa, sebanyak 9,1 juta jiwa meninggal dunia akibat penyakit jantung dengan prevalensi 13% dari total kematian di dunia. Selain itu, hasil dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 juga menunjukkan bahwa, prevalensi penyakit jantung pada penduduk semua umur yaitu sebesar 0,85% atau sebanyak 877.531 jiwa dan prevalensi di Jawa Barat sebesar 1,18% atau sebanyak 156.977 jiwa. Sedangkan hasil survei berdasarkan jenis kelamin menunjukkan prevalensi penyakit jantung pada perempuan sebesar 0,91% dan pada laki-laki 0,80% (Kemenkes RI, 2023).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Rumah Sakit Permata Cirebon didapatkan bahwa pada tahun 2024, tepatnya pada bulan Januari hingga bulan November, Penyakit Jantung Koroner (PJK) termasuk ke dalam 10 besar penyakit rawat inap dengan jumlah pasien 386 orang, dimana 196 diantaranya laki-laki dan 190 lainnya perempuan. Hal tersebut menjadi salah satu alasan peneliti dalam menjadikan Rumah Sakit Permata Cirebon sebagai tempat untuk

melakukan penelitian. Selain itu, Rumah Sakit Permata juga merupakan Rumah Sakit Swasta Tipe B yang ada di Kota Cirebon dan menjadi salah satu rumah sakit rujukan bagi pasien penyakit jantung.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai penatalaksanaan diet penyakit jantung koroner dengan asupan lemak, karbohidrat, dan serat pada pasien rawat inap di Rumah Sakit Permata Cirebon.

A. Rumusan Masalah

Penyakit Jantung Koroner (PJK) merupakan salah satu jenis penyakit kardiovaskular yang menjadi penyebab utama kematian. PJK disebabkan oleh penyempitan arteri koroner dan pembentukan plak aterosklerosis di dalam pembuluh darah yang diakibatkan oleh penumpukan kolesterol. Hal tersebut bisa terjadi karena terlalu sering mengonsumsi makanan tinggi lemak dan kelebihan asupan karbohidrat. Salah satu upaya untuk menurunkan dan mengendalikan kadar kolesterol dalam darah yaitu dengan mengonsumsi serat yang cukup. Oleh sebab itu, asupan lemak, karbohidrat, dan serat pada penderita PJK harus diperhatikan.

Berdasarkan uraian tersebut, maka rumusan masalah yang akan diteliti yaitu “Bagaimana Penatalaksanaan Diet Penyakit Jantung Koroner dengan Asupan Lemak, Karbohidrat, dan Serat pada Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Permata Cirebon?”.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui penatalaksanaan diet penyakit jantung koroner dengan asupan lemak, karbohidrat, dan serat pada pasien rawat inap di Rumah Sakit Permata Cirebon.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran umum rumah sakit tempat penelitian
- b. Mengetahui karakteristik responden penyakit jantung koroner
- c. Mengetahui penatalaksanaan diet yang akan diberikan atau dijalankan responden penyakit jantung koroner
- d. Mengetahui asupan lemak responden penyakit jantung koroner
- e. Mengetahui asupan karbohidrat responden penyakit jantung koroner
- f. Mengetahui asupan serat responden penyakit jantung koroner

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis bagi berbagai pihak, di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Bagi Program Studi D III Gizi Cirebon

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi serta bahan literatur dan referensi bagi mahasiswa Program Studi D III Gizi Cirebon yang akan melakukan penelitian selanjutnya mengenai penatalaksanaan diet penyakit jantung koroner dengan asupan lemak, karbohidrat, dan serat pada pasien rawat inap di Rumah Sakit Peramata Cirebon.

2. Bagi Rumah Sakit Permata Cirebon

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan serta upaya rumah sakit untuk meningkatkan pelayanan terutama asuhan gizi pada pasien.

3. Bagi Pasien Jantung Koroner

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan responden, baik terkait diet yang sedang dijalankan atau pun terkait edukasi gizi yang telah diberikan, dan responden diharapkan dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

4. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan peneliti terkait penatalaksanaan diet penyakit jantung koroner dengan asupan lemak, karbohidrat, dan serat pada pasien rawat inap di Rumah Sakit Permata Cirebon, serta dapat menjadi pengalaman praktik belajar di lapangan.