

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Aterosklerosis merupakan suatu kondisi patologis ditandai dengan penumpukan plak kolesterol pada dinding arteri yang menyebabkan pengerasan dan penyempitan pembuluh darah (Mahan and Raymond, 2017). Penyakit ini merupakan salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular, seperti penyakit jantung koroner dan stroke, yang menjadi penyebab kematian terbesar di dunia. Dari data WHO Pada tahun 2023, penyakit jantung mengakibatkan sebanyak 17,9 juta kasus kematian atau satu dari tiga kematian di dunia setiap tahun nya (Wardiyana and Herawati, 2023). Proses aterosklerosis ditandai dengan penumpukan plak yang tersusun atas lemak, kolesterol, kalsium, dan komponen lain pada dinding pembuluh darah, yang pada akhirnya mengganggu aliran darah. Penyakit ini menjadi masalah kesehatan global karena berkontribusi besar terhadap angka morbiditas dan mortalitas.

Negara Indonesia menjadi Negara peringkat ke tiga dengan tingkat kematian akibat penyakit kardiovaskular tertinggi setelah negara Laos dan Philipina (Riskesdas, 2018). Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (2023), prevalensi penyakit jantung di Indonesia sebesar 0,85% atau sekitar 877.531 kasus, sedangkan prevalensi di Jawa barat berkisar 1,18% atau sekitar 156.977 kasus yang ditemukan berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk

semua umur. Salah satu jenis penyakit jantung adalah penyakit jantung aterosklerosis.

Penyakit Jantung Aterosklerosis biasanya berkembang secara perlahan dan gejalanya bervariasi tergantung seberapa parah penyumbatan pada pembuluh darah koroner. Gejala khas dari penyakit ini meliputi nyeri dada (angina pectoris) yang terasa sesak, terbakar, atau seperti ditekan (Syahbanu and Pawestri, 2022). Selain itu, pasien mungkin merasakan sesak nafas saat aktifitas ringan, letih secara tidak wajar, dan palpitasi. Dalam kasus yang lebih lanjut, infark miokard bisa terjadi bila aliran darah terganggu parah (Ojha and Dhamoon S., 2023). Gejala-gejala ini sangat mengganggu aktivitas sehari-hari pasien dan sering membuat mereka menghindari aktivitas fisik, yang selanjutnya memperburuk kondisi kardiovaskular dan metabolik.

Penyakit jantung aterosklerosis memiliki berbagai dampak, tidak hanya terbatas pada fisik saja, kondisi ini juga memiliki efek sosial dan psikologis yang signifikan. Penelitian oleh (Jati, Sunaryo and Wulandari, 2025) yang berjudul “*Factors Related to Quality of Life After Percutaneous Coronary Intervention (PCI) in Patients with Atherosclerosis Heart Disease*” menemukan bahwa sebagian besar pasien melaporkan kualitas hidupnya dalam kategori sedang setelah PCI. Selain itu, studi berjudul “*Evaluation of Health-Related Quality of Life in Patients with Heart Diseases*” menunjukkan bahwa pasien dengan penyakit jantung memiliki skor fungsi fisik dan mental yang lebih rendah dibanding populasi umum, terutama dipengaruhi oleh gejala nyeri dada, terbatasnya kemampuan aktivitas fisik, dan stres psikologis akibat

kekhawatiran terhadap kondisi kesehatan masa depan (Annapureddy *et al.*, 2018).

Asupan karbohidrat dan protein memiliki peran penting dalam pengelolaan aterosklerosis. Studi penelitian menunjukkan bahwa konsumsi karbohidrat yang tinggi, terutama jenis sederhana atau yang menyediakan proporsi besar kalori harian ($>60\%$ energi), berhubungan dengan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular dibandingkan dengan karbohidrat dalam jenis kompleks (Jo and Park, 2023). Sedangkan dari sisi protein, penelitian menunjukkan bahwa diet tinggi protein khususnya yang berasal dari sumber protein hewani rendah lemak jenuh dapat memperbaiki profil lipid dengan menurunkan kadar LDL dan trigliserida, serta membantu menjaga tekanan darah tetap stabil (Yao *et al.*, 2025).

Namun demikian, kebutuhan protein pada pasien aterosklerosis tidak dapat disamaratakan, karena dipengaruhi oleh faktor klinis seperti usia lanjut, kondisi katabolik akibat inflamasi kronis, status gizi, serta adanya komplikasi lain misalnya dislipidemia, hipertensi, atau diabetes yang dapat meningkatkan risiko progresi penyakit. Pada kelompok pasien tertentu, kelebihan konsumsi protein hewani dengan teknik pengolahan tinggi lemak (seperti digoreng) justru dapat meningkatkan asupan lemak jenuh dan kolesterol yang berkontribusi terhadap pembentukan plak aterom. Oleh karena itu, pengkajian asupan protein secara spesifik menjadi sangat penting dalam penatalaksanaan diet pasien aterosklerosis, dan hal tersebut menjadi dasar dilakukannya studi

kasus ini untuk memastikan kecukupan protein terpenuhi tanpa memperburuk kondisi kardiovaskular.

Di Indonesia, pola pengolahan protein hewani di masyarakat justru sering keliru. Daging, ayam, maupun ikan lebih sering diolah dengan cara digoreng pada suhu tinggi menggunakan minyak berulang kali, sehingga kandungan proteinnya menurun akibat denaturasi dan justru terjadi peningkatan kandungan lemak jenuh yang diserap dari minyak (Zhang *et al.*, 2023). Kebiasaan ini menjadikan makanan berprotein hewani yang seharusnya bermanfaat malah berubah menjadi sumber lemak jenuh dan kalori berlebih yang dapat memperburuk kondisi kardiovaskular. Padahal, aterosklerosis erat kaitannya dengan pola makan tinggi lemak jenuh dan rendahnya kualitas protein. Oleh karena itu, penting untuk meninjau asupan protein pada pasien aterosklerosis, tidak hanya dari segi jumlah, tetapi juga dari sumber dan cara pengolahannya, agar benar-benar memberikan manfaat protektif bagi kesehatan jantung.

Penyakit Jantung Aterosklerosis dapat dikendalikan dengan tatalaksana diet yang tepat dan memulai gaya hidup yang sehat. Beberapa studi menunjukkan bahwa pembatasan karbohidrat, terutama karbohidrat sederhana dan olahan, dapat memperbaiki profil metabolik dan menurunkan faktor risiko kardiovaskular seperti trigliserida dan gula darah (Sun *et al.*, 2023). Penelitian lain juga menemukan bahwa asupan protein yang sangat tinggi terutama protein hewani dapat dikaitkan dengan peningkatan risiko kejadian kardiovaskular jika tidak disertai kontrol lemak jenuh dan total kalori dalam

diet (Qian *et al.*, 2024). Oleh karena itu, dalam konteks diet untuk pasien aterosklerosis, pengaturan karbohidrat dan protein adalah dengan memilih jenis karbohidrat yang lebih kompleks, menjaga asupan protein sesuai rekomendasi dan tidak berlebihan.

Data yang diperoleh dari pihak rekam medis Rumah Sakit Permata untuk pasien Jantung Aterosklerosis sendiri menempati peringkat ketiga dari 10 penyakit terbanyak dalam kategori rawat inap dengan total pasien sebanyak 56 pasien pada bulan Oktober 2025. Sementara itu penelitian mengenai pola makan pada pasien aterosklerosis telah banyak menyoroti hubungan lemak dan kolesterol dengan kejadian penyakit ini. Namun, kajian tentang pengaruh karbohidrat dan protein, terutama dalam konteks diet pada pasien rawat inap, masih relatif terbatas. Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dilakukan studi kasus untuk mengidentifikasi Pemenuhan Karbohidrat dan Protein Pada Penatalaksanaan Diet Jantung Aterosklerosis Rawat Inap Di Rumah Sakit Permata Cirebon.

B. Rumusan Masalah

Prevalensi penderita jantung aterosklerosis cukup tinggi pada data internal riwayat pasien rawat inap di RS. Permata, dan salah satu faktor utama yang memicunya adalah pola makan yang kurang sehat. Penatalaksanaan diet yang tepat menjadi kunci utama untuk mendukung penyembuhan, selain terapi farmakologis. Penerapan diet khusus untuk penyakit jantung aterosklerosis bertujuan meringankan kerja jantung dengan syarat dan prinsip yang jelas.

Berdasarkan hal tersebut, didapat pertanyaan penelitian: “Bagaimana Pemenuhan Karbohidrat dan Protein pada Penatalaksanaan Diet Pasien Jantung Aterosklerosis Rawat Inap di RS Permata Cirebon?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum:

Mengetahui studi kasus pemenuhan karbohidrat dan protein pada penatalaksanaan diet jantung aterosklerosis rawat inap di rumah sakit permata cirebon

2. Tujuan Khusus:

- a. Mendeskripsikan karakteristik usia dan jenis kelamin responden pasien jantung aterosklerosis rawat inap
- b. Mendeskripsikan proses penatalaksanaan diet pasien Jantung Aterosklerosis (Pengkajian, Diagnosis, Intervensi dan Monitoring Evaluasi Gizi)
- c. Menganalisis asupan karbohidrat pada pasien jantung aterosklerosis.
- d. Menganalisis asupan protein pada pasien jantung aterosklerosis.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak terkait, baik secara teoritis maupun secara praktis. Diantaranya sebagai berikut:

Manfaat Teoritis

1. Pengembangan Ilmu Gizi Klinis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang gizi klinis terkait penatalaksanaan diet pada pasien jantung aterosklerosis.

2. Referensi Akademik

Hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan bagi peneliti atau mahasiswa yang ingin mengkaji topik serupa, terutama yang berfokus pada hubungan antara pemenuhan karbohidrat dan protein.

Manfaat Praktis

1. Bagi Responden:

Memberikan informasi dan edukasi mengenai penatalaksanaan diet jantung aterosklerosis sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan penerimaan diet sesuai kondisi penyakit.

2. Bagi Rumah Sakit

Menjadi sarana informasi tambahan mengenai tatalaksana diet jantung aterosklerosis pasien rawat inap mengenai asupan karbohidrat dan protein

3. Bagi Program Studi DIII Gizi Cirebon

Menjadi bahan bacaan maupun bahan referensi untuk memberikan informasi mengenai penatalaksanaan diet terhadap asupan karbohidrat dan protein pasien penyakit jantung aterosklerosis.

4. Bagi Peneliti

Menjadi pengalaman belajar di lapangan dan dapat meningkatkan pengetahuan peneliti mengenai penatalaksanaan diet jantung aterosklerosis pada pasien rawat inap.