

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Rumah Sakit Umum (RSU) Bahteramas adalah rumah sakit yang mengkhususkan diri dalam menawarkan perawatan medis yang canggih dan menerima pasien yang direkomendasikan dari institusi kesehatan lainnya, yang terletak di Provinsi Sulawesi Tenggara. RSU Bahteramas Kota Kendari saat ini diklasifikasikan sebagai fasilitas Pendidikan Kelas B dan berfungsi sebagai fasilitas pendidikan bagi para profesional medis termasuk ahli gizi serta tenaga kesehatan lainnya.

a. Letak Geografis

Pada tanggal 21 November 2012, Badan Layanan Umum Daerah Rumah Sakit Umum Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara (BLUD RSU Bahteramas) direlokasi dari lokasi sebelumnya di Jalan Dr. Ratulangi No. 115, Kelurahan Kemaraya, Kecamatan Mandonga, ke lokasi saat ini di Jalan Kapten Piere Tendean No. 40, Baruga. Meskipun ketersediaan pilihan mobilitas terbatas, posisi ini sangat strategis karena mudah dijangkau oleh angkutan umum:

- 1) Sebelah Utara : Jalan Kapten Piere Tendean
- 2) Sebelah Timur : BTN PNS Kendari
- 3) Sebelah Selatan : Polsek Baruga
- 4) Sebelah Barat : Balai Pertanian Provinsi

b. Lingkungan fisik

Dengan luas 17,5 hektar, RSUD Bahteramas merupakan organisasi pelayanan publik yang terletak di Provinsi Sulawesi Tenggara. Total luas bangunan 53.269 meter persegi termasuk 35.410 meter persegi yang selesai dibangun pada akhir tahun 2012. Arsitektur saat ini cukup dinamis. Empat kluster berbeda dihasilkan dari klasifikasi ruangan tergantung pada penggunaannya: kelompok kegiatan administratif, kelompok kegiatan penunjang non-medis, kegiatan pelayanan sakit, dan kelompok kegiatan penunjang medis.

2. Karakteristik Sampel

a) Jenis Kelamin

Distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel 2 berikut ini :

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategori Jenis kelamin	n	%
Laki- laki	27	65,9
Perempuan	14	34,1
Total	41	100

(Sumber : data primer diolah, 2024)

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 41 responden yang berjenis kelamin laki- laki yaitu 27 orang (65,9%) dan berjenis kelamin Perempuan yaitu 14 orang (34,1%).

b) Umur

Distribusi frekuensi berdasarkan umur dapat dilihat pada tabel 3 berikut ini:

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur

Kategori umur	n	%
Dewasa (19-44 tahun)	8	19,5
Pra lansia (45- 59 tahun)	28	68,2
Lansia (\geq 60 tahun)	5	12,3
Total	41	100

(Sumber : data primer diolah, 2024)

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 41 responden yang berumur dewasa sebanyak 8 orang (19,5%), pra lansia 28 orang (68,2%) dan lansia sebanyak 5 orang (12,3%).

c) Asupan Lemak

Distribusi frekuensi berdasarkan asupan lemak dapat dilihat pada tabel 4 berikut ini:

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Asupan Lemak

Kategori	n	%
Cukup : 80 – 110 %	10	24
Kurang : < 80 %	31	76
Total	41	100

(Sumber : data primer diolah, 2024)

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa dari 41 responden sebagian besar memiliki asupan lemak kurang yaitu 31 orang (76%).

d) Asupan serat

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa semua responden memiliki asupan serat kurang yaitu (100%).

e) Asupan natrium

Distribusi frekuensi berdasarkan asupan natrium dapat dilihat pada tabel 5 berikut ini:

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Asupan natrium

Kategori	n	%
Lebih : >110%	19	46
Cukup : 80 – 110 %	22	54
Total	41	100

(Sumber : data primer diolah, 2024)

Berdasarkan 5 diatas menunjukkan bahwa dari 41 responden sebagian besar memiliki asupan lemak cukup yaitu 22 orang (54%).

B. Pembahasan

1. Asupan Lemak

Lemak adalah salah satu jenis nutrisi yang ditemukan dalam makanan. Lemak merupakan sumber energi penting bagi tubuh, dan juga membantu dalam menyerap vitamin dan nutrisi lainnya. Lemak terdiri dari asam lemak, yang dapat dikelompokkan menjadi tiga jenis yaitu lemak jenuh, lemak tak jenuh tunggal, dan lemak tak jenuh ganda (Saba, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa persentase dari 41 sampel penderita penyakit jantung yang mengkonsumsi lemak dalam kategori kurang (<80% dari AKG) sebanyak 31 orang (76%) dan dalam kategori cukup (90-110% dari AKG) sebanyak 10 orang (24%). Dimana dapat diketahui rata – rata asupan lemak pada penelitian ini dengan kategori kurang.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Sari, 2019), yang menyatakan bahwa penderita penyakit jantung memiliki asupan lemak dengan kategori kurang sebanyak 67,8%. Ini dikarenakan responden mulai mengurangi sumber makanan berlemak tinggi dan rata-rata pengurangan asupan lemak tersebut dilakukan setelah terdiagnosis penyakit jantung.

Asupan lemak yang berlebihan dalam jumlah yang banyak dan berlangsung lama dapat meningkatkan timbunan lemak dalam darah, yang dapat menyebabkan penyempitan atau aterosklerosis. Asupan lemak yang berlebih akan mempengaruhi kadar kolesterol. Kadar kolesterol seseorang yang melebihi batas normal menjadi salah satu faktor risiko terjadinya penyakit jantung. Untuk mengurangi risiko kematian yang ditimbulkan oleh penyakit jantung pengendalian profil lemak darah merupakan target yang utama. Asupan lemak dalam makanan memiliki pengaruh yang erat terhadap kadar kolesterol di dalam darah, kadar HDL, kadar LDL, dan trigliserida yang dapat mengakibatkan terjadinya penyakit jantung (Sahara dan Adelina, 2021).

2. Asupan Serat

Serat makanan adalah komponen bahan makanan nabati yang penting yang tahan terhadap proses hidrolisis oleh enzim-enzim pada sistem pencernaan manusia. Komponen yang terbanyak dari serat makanan ditemukan pada dinding sel tanaman. Komponen ini termasuk senyawa structural seperti selulosa, hemiselulosa, pectin dan lignin (Santoso, 2016 dalam Ardina, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa persentase dari 41 sampel penderita penyakit jantung yang mengkonsumsi serat dalam kategori kurang (<80% dari AKG) sebanyak 41 orang (100%).

Hal ini sejalan dengan penelitian (Yusira, Wahyuni dan Hartati, 2017), yang menyatakan bahwa penderita penyakit jantung memiliki asupan serat dengan kategori kurang sebanyak 100%. Ini dikarenakan responden mengonsumsi sayur tetapi sekali makan hanya mengonsumsi 2-3 sendok makan sehingga bila dibagi menjadi rata-rata harian asupan serat responden dalam kategori kurang.

Beberapa faktor yang menjadi penyebab terjadinya penyakit jantung salah satunya yaitu kurangnya asupan sumber serat dan antioksidan baik yang berasal dari sayur maupun buah-buahan. Asupan tinggi serat makanan yang berasal dari bahan makanan terutama serat larut yang berasal dari tumbuhan dan biji-bijian mampu membantu menurunkan kadar kolesterol dalam darah (Nurani, 2016).

Asam empedu yang merupakan produk akhir dari kolesterol pada awalnya disintesis dalam hati yang kemudian disekresi ke dalam empedu kemudian akan kembali menuju hati melalui reabsorpsi dalam usus halus. Proses ini disebut juga dengan siklus entero hepatic. Untuk mencegah kembalinya asam empedu ke hati maka serat akan mengikat asam empedu dan membawanya keluar tubuh melalui feses. Sebanyak 80% penduduk Indonesia saat ini masih memiliki kebiasaan mengkonsumsi serat yang rendah yaitu sebanyak 15 gram/orang/hari. Sedangkan konsumsi serat yang dianjurkan yaitu 19-30 gram/hari (Nurani, 2016).

3. Asupan Natrium

Natrium (sodium) merupakan salah satu mineral penting bagi tubuh. Natrium adalah zat gizi mikro, yang bukan hanya bersumber dari garam dapur saja, tetapi juga banyak terdapat di dalam bahan makanan lain yang dikonsumsi. Natrium memegang peran penting dalam tubuh manusia (Bansode, 2018 dalam Tiara, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa persentase dari 41 sampel penderita penyakit jantung yang mengkonsumsi natrium dalam kategori cukup (90-110% dari AKG) sebanyak 22 orang (54%) dan dalam kategori lebih (>110% dari AKG) sebanyak 19 orang (46%). Dimana dapat diketahui rata – rata asupan natrium pada penelitian ini dengan kategori cukup.

Hal ini dengan penelitian (Khazanah *et al.*, 2019), yang menyatakan bahwa penderita penyakit jantung memiliki asupan natrium dengan kategori cukup sebanyak 63,6%. Hal ini sejalan karena di rumah sakit pasien sudah diberikan makanan dengan diet yang sesuai dengan penyakit yang diderita.

Faktor risiko utama penyakit jantung adalah tekanan darah tinggi/hipertensi yang dapat menyebabkan beban kerja jantung menjadi lebih berat pada penderita penyakit jantung. Adanya gejala tekanan darah tinggi/hipertensi memperbesar risiko terserang penyakit gagal jantung, serangan jantung, pembesaran ventrikel kiri jantung, penyakit ginjal kronis dan stroke. Oleh karena itu, pentingnya pengendalian tekanan darah pada penderita penyakit jantung guna menghindari serangan jantung yang akan berakibat pada kematian (Suryani, 2017).