
ASUPAN LEMAK DAN NATRIUM PADA PASIEN JANTUNG KORONER KOMPLIKASI HIPERTENSI DI POLI RAWAT JALAN RSUD PROF. DR. W.Z. JOHANNES KUPANG

Sonia Supriyono¹, Meirina Sulastri Loaloka¹, Regina Maria Boro¹

¹Program studi Gizi, Poltekkes Kemenkes Kupang

ABSTRAK

Jantung koroner disebabkan karena mengkonsumsi lemak yang berlebihan terutama lemak jenuh. Makin sering konsumsi lemak, semakin meningkat kadar kolesterolnya. Kelebihan asupan natrium mempengaruhi tekanan darah. Tekanan darah yang tinggi mengakibatkan risiko gangguan jantung. Tujuan penelitian adalah untuk melihat gambaran asupan lemak dan natrium pada pasien jantung koroner dengan komplikasi hipertensi di poli rawat jalan RSUD Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang. Merupakan penelitian observasional dengan desain deskriptif, jumlah sampel sebanyak 30 orang dengan pengambilan sampel menggunakan Accidental sampling. Data yang dikumpulkan meliputi asupan lemak dan natrium. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat asupan lemak dan natrium pada pasien jantung koroner komplikasi hipertensi di poli rawat jalan RSUD Prof.Dr.W.Z Johannes Kupang berada pada kategori asupan lebih yaitu masing-masing sebesar 73,3% dan 60%.

Kata kunci: lemak, natrium, asupan, jantung koroner

ABSTRACT

Coronary heart disease is caused by consuming excessive fat, especially saturated fat. The more you consume fat, the more your cholesterol levels increase. Excess sodium intake affects blood pressure. High blood pressure results in the risk of heart problems. The purpose of the study was to see the description of fat and sodium intake in coronary heart patients with hypertension complications in the outpatient clinic of RSUD Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang Hospital. It was an observational study with descriptive design, the sample size was 30 people with sampling using Accidental sampling. Data collected included fat and sodium intake. The results showed that most of the fat and sodium intake levels in coronary heart patients with hypertension complications in the outpatient clinic of RSUD Prof.Dr.W.Z Johannes Kupang were in the category of more intake, namely 73.3% and 60% respectively.

Keywords: fat, natrium, intake, coronary heart disease

*Corresponding Author:

Sonia Supriyono
Program Studi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang
Email: soniasupriyono2407@gmail.com

Journal homepage: <https://jurnal.poltekkeskupang.ac.id/index.php/KJFNR/index>

PENDAHULUAN

Jantung koroner merupakan kondisi pembuluh darah jantung yang mengangkut sel darah merah serta nutrisi lain tersendat oleh kolesterol yang berlebihan mengakibatkan terjalin penimbunan plak di bilik pembuluh nadi. (Rahma & Wirjatmadi, 2018). Jantung koroner disebabkan karena konsumsi lemak yang berlebihan apalagi lemak jenuh. Makin sering konsumsi lemak, makin meningkat kadar lemak. Penumpukan lemak memicu penebalan pada pembuluh darah (Bintanah Muryati, 2010).

Asupan lemak yang berlebih dapat menyebabkan menumpuknya lemak sehingga terjadi pengerasan pembuluh arteri. Pembentukan penumpukan lemak terjadi plak di dinding arteri yang mempersempit pembuluh, sehingga aliran darah terhambat dan menurunkan elastisitas pembuluh darah. (Agustini, 2013). Asupan natrium berlebih mempengaruhi tensi. Meningkatnya tensi pada pengidap jantung koroner karena asupan makanan tinggi natrium (Suryani, 2017).

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif observasional dengan pendekatan cross sectional yang dilaksanakan di Rumah Sakit Umum Daerah Prof W.Z. Johannes Kupang. Subjek penelitian adalah penderita penyakit jantung koroner komplikasi hipertensi yang berkunjung ke poli rawat jalan yang dipilih secara accidental Sampling dalam kurun waktu 26 hari dengan memiliki kriteria inklusi yakni Pasien yang datang di poli rawat jalan Rumah Sakit Umum Daerah Prof W.Z Johannes Kupang dengan diagnosa penyakit Jantung Koroner komplikasi Hipertensi, belum mengalami komplikasi penyakit degeneratif lainnya, bersedia menjadi responden penelitian, mampu berkomunikasi dan pasien berusia 40-85 tahun.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik pasien yang diambil adalah jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan dan asupan lemak dan natrium pasien di Poli Jantung RSUD Prof Dr. W. Z Johannes Kupang. Setelah melakukan pengumpulan data selama 25. Peneliti mengkaji tentang gambaran tingkat asupan lemak dan natrium dari pasien Jantung Koroner komplikasi Hipertensi yang telah bersedia sebagai responden di Poli Jantung selama 25 hari.

Tabel 1. Distribusi jenis kelamin, usia dan pendidikan pasien

Karakteristik	Kasus	
	N	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	19	63,3
Perempuan	11	36,7
Usia		
40-49 tahun	5	16,7
50-59 tahun	7	23,3
60-70 tahun	11	36,7
>70 tahun	7	23,3
Pendidikan		
SD	7	23,3
SMP	4	13,3
SMA	15	50
PERGURUAN TINGGI	4	13,3

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa pasien jantung koroner komplikasi hipertensi dengan jenis kelamin laki-laki 19 orang (63,3%) dan yang jenis kelamin perempuan 11 orang (36,7%), pasien dengan usia diantara 40-49 tahun 5 orang (16,7%), usia pasien antara 50-59 tahun 7 orang (23,3%), usia pasien antara 60-70 tahun 11 orang (36,7%), dan pasien berusia >70 tahun 7 orang (23,3%), dan pasien jantung koroner komplikasi hipertensi jenjang pendidikan yang paling banyak terdapat pada jenjang SMA 15 orang (50%), SD 7 orang (23,3%), perguruan tinggi dan SMP 4 orang (13,3%).

Tabel 2. Distribusi asupan lemak, natrium dan tekanan darah pasien

Karakteristik	Kasus	
	N	%
Lemak		
Normal	4	13,3
Defisit tingkat berat	1	3,3
Defisit tingkat sedang	1	3,3
Defisit tingkat berat	2	6,7
Lebih	22	73,3
Natrium		
Normal	4	13,3
Defisit tingkat berat	1	3,3
Defisit tingkat sedang	1	3,3
Defisit tingkat ringan	6	20
Lebih	18	60
Tekanan darah		
Normal	3	10
Prahipertensi	8	26,7
Hipertensi	19	63,3

Hasil analisis data menunjukkan bahwa tingkat asupan lemak pada pasien jantung koroner dengan komplikasi hipertensi kategori lebih 22 orang (73,3%), asupan lemak kategori normal 4 orang (13,3%), asupan lemak kategori defisit tingkat berat 2 orang (6,7%) dan asupan lemak kategori defisit tingkat ringan dan defisit tingkat sedang 1 orang (3,3%). Berdasarkan hasil recall yang dilakukan peneliti selama 3 hari diketahui sebagian besar responden termasuk dalam kategori lebih dengan jumlah responden 18 orang (60%), asupan natrium pada pasien jantung koroner dengan komplikasi hipertensi kategori lebih 18 orang (60%), asupan natrium kategori defisit tingkat berat 6 orang (20%), asupan natrium kategori normal 4 orang (13,3%) dan asupan natrium kategori defisit tingkat ringan dan defisit tingkat sedang masing masing 1 orang (3,3%), tensi pada pasien jantung koroner dengan komplikasi hipertensi yaitu 19 orang (63,3%), pasien dengan tekanan darah prahipertensi 8 orang (26,7%), dan pasien tekanan darah normal 3 orang (10%) dan asupan lemak dengan kategori lebih sebagian besar dengan tekanan darah hipertensi 14 orang (46,6%).

Dari hasil recall selama 3 hari yang dilakukan peneliti diketahui bahwa responden banyak mengonsumsi makanan yang diolah dengan cara ditumis dan digoreng. Pengolahan makanan dengan bahan dasar olahan seperti minyak dapat meningkatkan asupan lemak dalam tubuh. Selain itu konsumsi berlebih makanan seperti daging juga mempengaruhi kadar lemak dalam tubuh.

KESIMPULAN DAN SARAN

Jika dikaitkan dengan tekanan darah, rata-rata kategori asupan lemak dan tambahan natrium lebih dengan hipertensi sebanyak 14 orang (46,6%). Hal ini disebabkan karena adanya penimbunan lemak yang mengakibatkan timbulnya plak di pembuluh darah dan kadar natrium dalam tubuh melebihi batas normal

Diharapkan agar peneliti selanjutnya memperhatikan profil lipid pasien dimana perlu diikuti kaitannya dengan asupan lemak dan juga lebih memperhatikan metode dalam recall.

DAFTAR PUSTAKA

- Alhikmah, Rihlatul Thahira. (2020). Gambaran Karakteristik Pasien Penyakit Jantung Koroner Di Rs Unhas Kota Makassar. Skripsi Universitas Hasanuddin.
- Almatsier, Sunita (2005). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia
- Almatsier, Sunita. (2006). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia
- Almatsier, Sunita. (2008). Penuntun Diet Edisi Baru Instalasi Gizi Perjan RSDr. Cipto Mangunkusumo dan Asosiasi Dietisien Indonesia.

- Jakarta : Gramedia
- Almatsier, Sunita. (2010). Penuntun Diet Edisi Baru. Jakarta : PT Gramedia
- Aprilliyanti, Dwi Reka dan Budiman Frenky Arif. (2020). Hubungan asupan natrium dengan kejadian hipertensi di posyandu lansia desa tegowangi kecamatan plemahan kabupaten kediri. *Jurnal Pangan, Gizi, Kesehatan*, Vol 1(1).
- Bertalina, Bertalinadan Suryani AN., (2017) 'Hubungan Asupan Natrium , Gaya Hidup , dan Faktor Genetik dengan Tekanan Darah pada Penderita Penyakit Jantung Koroner', Politeknik Kementrian Kesehatan Tanjung Karang. *Jurnal Kesehatan*, VIII, pp. 240–249.
- Bintana, Sufiati., dan Muryati, Muryati (2010) 'Hubungan Konsumsi Lemak Dengan Kejadian Hiperkolesterolemia Pada Pasien Rawat Jalan Di Poliklinik Jantung Rumah Sakit Umum Daerah Kraton Kabupaten Pekalongan', *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, (Vol 6 (1)). pp.85–90.
- Kartika, Lisa Ayu. Effatul Afifah., dan Isti Suryani (2016). Asupan lemak dan aktivitas fisik serta hubungannya dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat jalan. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia* , (Vol 4 (3)).
- Darmawan, Hasbullah. Abdullah Tamrin., dan Nadimin, Nadimin. (2018) 'Hubungan Asupan Natrium dan Status Gizi Terhadap Tingkat Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di RSUD Kota Makassar', *Media Gizi Pangan*, 25 (ed. 1), p.11.
- RSUD Prof Dr. W Z Johannes Kupang. (2022). Data Rekam Medik Pasien Jantung Koroner Komplikasi Hipertensi. Kupang : RSUD Prof Dr. W Z Johannes
- Farahdika, Amelia dan Mahalul Azam (2015). Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Penyakit Jantung Koroner Pada Usia Dewasa Madya (41-60 Tahun) (Studi Kasus di RSUD Daerah Kota Semarang) *Unnes Journal of Public Health*. Semarang : Universitas Negeri Semarang.
- Istiqomah, Alfi, dkk. (2014). Makalah : Gangguan Metabolisme Lemak Terhadap Fungsi Jantung. Makalah. Malang : Jurusan Kimia Fakultas Sains Dan Teknologi Universitas Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Jayanti, Aprelia Dwi. Weni Kurdanti., dan Siti Wahyuningsih. (2018) 'Pengetahuan, dukungan keluarga, asupan natrium dan vitamin C pasien penyakit jantung koroner di Rumah Sakit dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten', *Ilmu Gizi Indonesia*, 01(02), pp.77-86.
- Khazanah, Wiqayatun, dkk. (2019) 'Konsumsi Natrium Lemak Jenuh Dan Serat Berhubungan Dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner Di Rumah Sakit dr. Zainoel Abidin Banda Aceh', *Jurnal Kesehatan*, 7(1), pp. 40–

- Nadianto, Fandika. (2018). Hubungan penggunaan kontrasepsi oral dengan kejadian penyakit jantung koroner di poli jantung RSUD Hardjono Ponorogo (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Ponorogo).
- Pradono, Julianty., dkk. (2018) Panduan Manajemen Penelitian Kuantitatif. Jakarta: Kemnkes RI : Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).
- Rahma, Hadiar Huriyah, dan R. Bambang Wirjatmadi. (2018). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dan Profil Lipid Dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner Pada Pasien Lansia Di Rumah Sakit Islam Jemursari Surabaya. *Media Gizi Indonesia*, 12(2), 129.
- Septianggi, Nur Filandita. Tatik Mulyati., dan Hapsari Sulistya K (2013). Hubungan Asupan Lemak dan Asupan Kolesterol dengan Kadar Kolesterol Total pada Penderita Jantung Koroner Rawat Jalan di RSUD Tugurejo. *Jurnal Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang*, 2(2), 13–20.
- Yasuki, Medly. (2021). Asuhan Keperawatan Kardiovaskuler Pada Pasien Tn. A Post- Percutaneous Coronary Intervention (Pci) Dengan Diagnosa Medis Angina Pectoris Stabil Ccs Ii Dan Coronary Artery Disease (Cad) 3vD . Laporan Akhir.