

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit jantung koroner (PJK) merupakan salah satu penyakit kardiovaskular paling mematikan dan menjadi penyebab utama morbiditas dan mortalitas di dunia. Berdasarkan laporan WHO tahun 2023, dalam penelitian Arfian Andi lebih dari 17,9 juta orang meninggal setiap tahunnya akibat penyakit kardiovaskular, dan sekitar 85% dari kematian tersebut disebabkan oleh serangan jantung dan stroke (Arfian Andi et al., 2025). Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi penyakit jantung di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter sebesar 0,85% atau 877.531 kasus. Sedangkan prevalensi penyakit jantung berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk semua umur provinsi Nusa Tenggara Timur tahun 2023 sebesar 0,44% atau 17.550 kasus (SKI, 2023). Berdasarkan data rekam medis di RSUD Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang pada periode Oktober hingga Desember 2025, tercatat prevalensi pasien Penyakit Jantung Koroner (PJK) sebanyak 565 pasien, yang terdiri dari 558 pasien rawat jalan dan 7 pasien rawat inap.

Pada pasien penyakit jantung koroner (PJK), asupan lemak sering kali melebihi rekomendasi, terutama lemak jenuh yang berkontribusi pada aterosklerosis, sementara asupan natrium cenderung tinggi dan memicu retensi cairan serta peningkatan tekanan darah (Alfiona Chairunissa, 2021).

Kadar lemak darah pada pasien PJK rata-rata menunjukkan peningkatan Kolesterol total, LDL, dan trigliserida, dengan HDL rendah, yang diperburuk oleh asupan lemak tinggi dari pola makan sehari-hari (Sahara Lilin & Adelina Rany, 2021). Analisis literatur review menemukan hubungan signifikan antara asupan lemak berlebih dengan profil lipid abnormal, di mana rasio omega-3:omega-6 yang tidak seimbang pada pasien PJK mempercepat plak pembuluh darah (Ratna et al., 2024). Tekanan darah pada pasien PJK sering hipertensif, dengan sistolik >140 mmHg pada mayoritas kasus, dipengaruhi oleh asupan natrium berlebih yang meningkatkan volume darah (Alfiona Chairunissa, 2021).

Berdasarkan review meta-analisis dari Wang 2020, menunjukkan bahwa semakin tinggi konsumsi natrium, semakin besar risiko kejadian kardiovaskular. Asupan natrium yang tinggi terbukti meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular termasuk Penyakit Jantung Koroner (PJK), terutama melalui peningkatan tekanan darah sebagai faktor risiko utama terjadinya aterosklerosis dan kejadian iskemik jantung (Wang Yi-Jie et al., 2020).

Penelitian terbaru dari Kong 2025 ,menyatakan bahwa setiap peningkatan konsumsi natrium sekitar 1 gram per hari berhubungan dengan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular sebesar 4–6%, sedangkan pembatasan natrium secara moderat dapat menurunkan tekanan darah dan mortalitas akibat penyakit jantung. Hal ini menegaskan pentingnya pengendalian asupan natrium pada pasien PJK (Kong et al., 2025).

Secara fisiologis, natrium berlebih menyebabkan retensi cairan dan peningkatan volume darah yang memicu hipertensi, mempercepat kerusakan endotel, dan memperburuk proses aterosklerosis pada arteri koroner. Oleh karena itu, pembatasan natrium merupakan bagian penting dalam penatalaksanaan diet pada pasien PJK (Han et al., 2025).

Berdasarkan hasil penelitian Supriyono tahun 2023, menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat asupan lemak dan natrium pada pasien jantung koroner komplikasi hipertensi di poli rawat jalan Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang berada pada kategori asupan lebih yaitu masing-masing sebesar 73,3% dan 60% (Supriyono et al., 2023). Pada hasil penelitian sahara tahun 2021, menunjukkan bahwa di Indonesia masih banyak provinsi yang memiliki prevalensi penderita penyakit jantung koroner (PJK) di atas prevalensi nasional. Asupan lemak masyarakat di Indonesia terbilang tinggi diatas kebutuhan yang dianjurkan. Analisis menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara asupan lemak dengan profil lemak darah kaitannya dengan kejadian penyakit jantung koroner (PJK) di Indonesia. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah asupan lemak yang tinggi dapat berpengaruh terhadap profil lemak darah (kolesterol total, HDL, LDL, trigliserida) (Sahara Lilin & Adelina Rany, 2021).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan analisis Hubungan antara Asupan Lemak dan Natrium dengan Kadar Lemak Darah dan Tekanan Darah pada Pasien Jantung Koroner (PJK) di Poli Rawat Jalan Rumah Sakit Umum Daerah Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang adapun rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat Hubungan antara Asupan Lemak dan Natrium dengan Kadar Lemak Darah dan Tekanan Darah pada Pasien Jantung Koroner (PJK) di Poli Rawat Jalan Rumah Sakit Umum Daerah Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis Hubungan antara Asupan Lemak dan Natrium dengan Kadar Lemak Darah dan Tekanan Darah pada Pasien Jantung Koroner (PJK) di Poli Rawat Jalan Rumah Sakit Umum Daerah Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang.

2. Tujuan Khusus

- a) Mengetahui gambaran asupan lemak pada pasien jantung koroner (PJK) di poli rawat jalan Rumah Sakit Umum Daerah Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang
- b) Mengetahui gambaran asupan natrium pada pasien jantung koroner (PJK) di poli rawat jalan Rumah Sakit Umum Daerah Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang
- c) Mengetahui gambaran kadar lemak darah pada pasien jantung koroner (PJK) di poli rawat jalan Rumah Sakit Umum Daerah Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang
- d) Mengetahui gambaran tekanan darah pada pasien jantung koroner (PJK) di poli rawat jalan Rumah Sakit Umum Daerah Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang

- e) Menganalisis hubungan antara asupan lemak dan natrium dengan kadar lemak dan tekanan darah pada pasien jantung koroner (PJK) di poli rawat jalan Rumah Sakit Umum Daerah Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Melalui penelitian ini, penulis berharap untuk dapat memberikan sumbangan pemikiran dan menambah wawasan terutama tentang hubungan antara asupan lemak dan natrium dengan kadar lemak darah dan tekanan darah pada pasien jantung koroner (PJK).

2. Manfaat bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan dan pengalaman secara langsung dan merealisasikan teori yang telah di dapat selama masa perkuliahan tentang hubungan antara asupan lemak dan natrium dengan kadar lemak darah dan tekanan darah pada pasien jantung koroner (PJK).

3. Manfaat bagi Institusi Kemenkes Poltekkes Kupang

Hasil dari penelitian diharapkan dapat menjadi acuan dan bahan pertimbangan, penelitian selanjutnya bagi mahasiswa Prodi Gizi Kemenkes Poltekkes Kupang.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

Nama Peneliti	Judul	Hasil Penelitian	Persamaan Penelitian	Perbedaan Penelitian
(Supriyono et al., 2023)	Asupan Lemak dan Natrium Pada Pasien Koroner Komplikasi Hipertensi di Poli Rawat Jalan RSUD Prof. Dr. W.Z Johannes Kupang	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%.	Meneliti asupan lemak dan natrium pada orang dengan pasien jantung koroner.	Pada penelitian ini menggunakan penelitian observasional dengan desain deskriptif dan pengambilan sampel menggunakan accidental sampling.
(Sahara Lilin & Adelina Rany, 2021)	Analisis Asupan Lemak terhadap Profil Lemak Darah berkaitan dengan kejadian Penyakit Jantung Koroner (PJK) di Indonesia	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa di Indonesia masih banyak provinsi yang memiliki prevalensi penderita penyakit jantung koroner (PJK) di atas prevalensi nasional.	Meneliti asupan lemak terhadap profil lemak darah pada pasien jantung koroner.	Pada penelitian ini menggunakan jenis literature review atau tinjauan pustaka yang akan dirangkum menggunakan metode traditional review.