

## BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil

#### 1. Karakteristik Pasien

Penelitian ini dilaksanakan di ruangan rawat jalan RSUD Prof. W.Z. Johannes Kupang selama 14 hari pada pasien stroke hemoragik yang berobat jalan, dengan memenuhi jumlah sampel yaitu 30 orang sesuai dengan kriteria inklusi, dan atas persetujuan responden siap mengikuti penelitian. Adapun karakteristik responden sebagai berikut :

Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin  
Dan Pendidikan Pada Penderita Stroke Hemoragik  
Di RSUD. Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang

| Karakteristik        | Jumlah (N) | Persentase (%) |
|----------------------|------------|----------------|
| <b>Umur</b>          |            |                |
| 30-50                | 4          | 13,3           |
| >50                  | 26         | 86,7           |
| <b>Jenis Kelamin</b> |            |                |
| Laki – Laki          | 13         | 43,3           |
| Perempuan            | 17         | 56,7           |
| <b>Pendidikan</b>    |            |                |
| Tidak sekolah        | 2          | 6,7            |
| SD                   | 4          | 13,3           |
| SMP                  | 2          | 6,7            |
| SMA                  | 16         | 53,3           |
| S1                   | 6          | 20,0           |

*Sumber : Data Primer Terolah 2024*

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar pasien berada pada usia >50 tahun yaitu sebanyak 26 orang dengan presentase 86,7%. Sedangkan jenis kelamin responden sebagian besar terdapat pada perempuan

dengan total responden 17 orang dengan presentase 56,7%. Dan untuk pendidikan responden sebagian besar berpendidikan SMA sebanyak 16 orang dengan presentase 53,3%, lalu diikuti berpendidikan S1 sebanyak 6 orang dengan presentase 20,0%, SD sebanyak 4 orang dengan presentase 13,3%, Tidak sekolah dan SMP sebanyak 2 orang dengan presentase 6,7%.

## 2. Asupan Serat

Asupan Serat didapat dari hasil recall jam yang dilakukan terhadap 30 orang responden dan dianalisis menggunakan CD Menu sehingga diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Serat Pada Penderita Stroke Hemoragik Di RSUD. Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang

| <b>Asupan Serat</b>    | <b>Jumlah (N)</b> | <b>Persentase (%)</b> |
|------------------------|-------------------|-----------------------|
| Defisit Tingkat Berat  | 12                | 40,0                  |
| Defisit Tingkat Sedang | 5                 | 16,7                  |
| Defisit Tingkat Ringan | 2                 | 6,7                   |
| Normal                 | 2                 | 6,7                   |
| Lebih                  | 9                 | 30,0                  |
| <b>Total</b>           | <b>30</b>         | <b>100</b>            |

*Sumber :Data Terolah Primer 2024*

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa asupan serat sebagian besar pasien berada pada kategori defisit tingkat berat sebanyak 12 orang dengan presentase 40,0% dan selanjutnya diikuti kategori lebih sebanyak 9 orang dengan presentase 30,0%, defisit tingkat sedang sebanyak 5 orang dengan presentase 16,7%. Sedangkan defisit tingkat ringan dan normal hanya berjumlah 2 orang dengan masing-masing presentase 6,7%.

### 3. Asupan Natrium

Asupan Natrium didapat dari hasil recall jam yang dilakukan terhadap 30 orang responden dan dianalisis menggunakan CD Menu sehingga diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Natrium Pada Penderita Stroke Hemoragik Di RSUD.

Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang

| <b>Asupan Natrium</b> | <b>Jumlah (N)</b> | <b>Persentase (%)</b> |
|-----------------------|-------------------|-----------------------|
| Defisit Tingkat Berat | 30                | 100                   |
| <b>Total</b>          | <b>30</b>         | <b>100</b>            |

*Sumber : Data Terolah Primer 2024*

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa responden dengan jumlah 30 orang dengan presentase 100% berada pada kategori defisist tingkat berat. Dengan kata lain 30 resonden yang di teliti semuanya mengalami asupan natrium tingkat berat.

### 4. Tekanan Darah

Selain merecall asupan makanan responden, responden juga diukur tekanan darahnya untuk melihat efektifitas asupan serat dan natrium pada pasien stroke. Data hasil pengukuran tekanan darah bisa dilihat pada tabel 8 berikut ini

Tabel 8. Distribusi Responden Berdasarkan Tekanan Darah Pada Penderita Stroke Hemoragik Di RSUD.

Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang

| <b>Tekanan Darah</b>      | <b>Jumlah (N)</b> | <b>Persentase (%)</b> |
|---------------------------|-------------------|-----------------------|
| Optimal                   | 3                 | 10,0                  |
| Normal                    | 9                 | 30,0                  |
| Hipertensi Tingkat Ringan | 12                | 40,0                  |
| Hipertensi Tingkat Sedang | 3                 | 10,0                  |
| Hipertensi Tingkat Berat  | 3                 | 10,0                  |
| <b>Total</b>              | <b>30</b>         | <b>100</b>            |

*Sumber : Data Terolah Primer 2024*

Berdasarkan tabel diatas, distribusi tekanan darah pada penderita stroke hemoragik menunjukkan bahwa persentase tertinggi berada pada kategori hipertensi tingkat ringan sebanyak 12 orang dengan presentase 40%, diikuti kategori normal sebanyak 9 orang dengan presentase 30%. Sedangkan presentase terendah berada pada kategori hipertensi tingkat ringan, hipertensi tingkat berat dan juga optimal yang dimana masing-masing sebanyak 3 orang dengan presentase 10%.

### 5. Gambaran Asupan Serat Berdasarkan Tekanan Darah

Hasil penelitian tentang asupan serat dan tekanan darah penderita Stroke Hemoragik di RSUD Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang tahun 2024 dengan jumlah responden 30 yang diuraikan berdasarkan kategori, dapat dilihat pada tabel 9 berikut ini :

Tabel 9. Distribusi Asupan Serat Berdasarkan Tekanan Darah  
Pada Penderita Stroke Hemoragik  
Di RSUD Prof Dr. W.Z. Johannes. Kupang.

| <b>Kategori Asupan Serat</b> | <b>Optimal</b> | <b>Normal</b> | <b>Hipertensi Ringan</b> | <b>Hipertensi Sedang</b> | <b>Hipertensi Berat</b> | <b>Total</b> |
|------------------------------|----------------|---------------|--------------------------|--------------------------|-------------------------|--------------|
| Defisit Berat                | 1              | 2             | 6                        | 2                        | 1                       | 12           |
| Defisit Sedang               | 1              | 3             | 1                        | 0                        | 0                       | 5            |
| Defisit ringan               | 0              | 0             | 2                        | 0                        | 0                       | 2            |
| Normal                       | 0              | 1             | 0                        | 0                        | 1                       | 16           |
| Lebih                        | 3              | 1             | 1                        | 0                        | 1                       | 6            |
| <b>Total</b>                 | <b>5</b>       | <b>7</b>      | <b>10</b>                | <b>2</b>                 | <b>3</b>                | <b>30</b>    |

*Sumber :Data Primer Terolah 2024*

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar asupan serat berdasarkan tekanan darah pasien berada pada kategori asupan defisit tingkat berat dengan tekanan darah hipertensi ringan sebanyak 6 orang dengan

presentase 20,6%. Selanjutnya kategori asupan serat defisit tingkat sedang dengan tekanan darah normal dan kategori asupan serat lebih dengan tekanan darah optimal sebanyak 3 orang dengan presentase 10%, kategori asupan serat deficit tingkat ringan dengan tekanan darah hipertensi ringan sebanyak 2 orang dengan presentase 6,7%.

## 6. Gambaran Asupan Natrium Berdasarkan Tekanan Darah

Hasil penelitian tentang asupan natrium dan tekanan darah penderita Stroke Hemoragik di RSUD Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang tahun 2024 dengan jumlah responden 30 yang diuraikan berdasarkan kategori, dapat dilihat pada tabel 9 berikut ini :

Tabel 10. Distribusi Asupan Natrium Berdasarkan Tekanan Darah

| <b>Kategori Asupan Natrium</b> | <b>Optimal</b> | <b>Normal</b> | <b>Hipertensi Ringan</b> | <b>Hipertensi Sedang</b> | <b>Hipertensi Berat</b> | <b>Total</b> |
|--------------------------------|----------------|---------------|--------------------------|--------------------------|-------------------------|--------------|
| Defisit Berat                  | 3              | 9             | 12                       | 3                        | 3                       | 30           |
| Total                          | 3              | 9             | 12                       | 3                        | 3                       | 30           |

*Sumber : Data Primer Terolah 2024*

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa persentase tertinggi berada pada kategori defisit tingkat berat dengan tekanan darah hipertensi ringan yaitu sebanyak 12 orang dengan presentase 40,0%, diikuti defisit tingkat berat dengan tekanan darah normal sebanyak 9 orang dengan presentase 30,0%. Sedangkan presentase terendah berada pada kategori asupan natrium defisit tingkat berat dengan tekanan darah optimal, hipertensi sedang dan hipertensi berat, dimana masing-masing berjumlah 3 orang dengan presentase 10%.

## B. Pembahasan

Proporsi responden tertinggi adalah berusia di atas 50 tahun menurut karakteristik usianya. Hal ini sesuai dengan temuan penelitian Khasanah (2021) yang menyatakan bahwa orang yang berusia di atas 50 tahun memiliki risiko lebih tinggi terkena stroke dibandingkan orang yang berusia di bawah 50 tahun. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa seiring bertambahnya usia, arteri besar kehilangan

fleksibilitasnya dan menjadi kaku ketika jantung memompa darah melalui arteri tersebut. Akibatnya, darah harus melewati pembuluh darah yang lebih sempit pada setiap detak jantung, sehingga meningkatkan tekanan darah. Menurut Kementerian Kesehatan tahun 2023, tekanan sistolik terus meningkat hingga usia 80 tahun, sedangkan tekanan diastolik terus meningkat hingga usia 55 hingga 60 tahun, yang kemudian menurun secara bertahap atau signifikan.

Berdasarkan temuan, pasien perempuan berjumlah 17 (56,7%) responden, sedangkan pasien laki-laki berjumlah 13 (43,3%). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Trisila dkk (2022) yang menyatakan bahwa wanita lebih banyak mengalami stroke. Wanita lebih memiliki faktor risiko stroke karena kadar estrogen yang rendah menurunkan kolesterol plasma, mempercepat vasodilatasi, dan meningkatkan risiko stroke. Sebaliknya, kadar androgen yang tinggi menyebabkan kadar kolesterol darah meningkat sehingga meningkatkan risiko stroke. Akibatnya, risiko stroke pada wanita meningkat dua kali lipat setelah menopause. Sekolah menengah atas, dengan 16 responden (53,3%), mempunyai tingkat pendidikan pasien tertinggi, menurut temuan penelitian. Hal ini sesuai dengan penelitian Rahma dan Baskari (2019) bahwa subjek yang mengikuti ujian umumnya berasal dari jenjang pendidikan sekolah menengah dengan jumlah 60 orang (40,5%).

Tingkat pendidikan seseorang berhubungan dengan informasi yang mereka miliki dan cara hidup yang sehat. Masyarakat yang tidak berpendidikan tinggi, kurang mengetahui tentang kesehatan, dan sulit menerima informasi yang diberikan. Hal ini membuat mereka lebih sulit untuk hidup sehat. Misalnya, mereka belum cukup mengetahui tentang stroke hemoragik, cara mencegahnya, dan cara mengobatinya. Mereka tidak tahu tempat tinggal yang memenuhi persyaratan kesehatan. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka risiko terjadinya stroke hemoragik akan semakin rendah (Baskari 2019). Menurut Riskesdas (2007), terlihat bahwa prevalensi hipertensi cenderung meningkat pada tingkat pendidikan rendah dan menurun seiring dengan peningkatan tingkat pendidikan.

Temuan penelitian mengungkapkan bahwa kelompok pasien dengan defisit berat paling banyak mengonsumsi serat, yaitu 12 responden mewakili 40,0 persen. Penelitian ini sejalan dengan temuan Fitriani et al. (2019) bahwa dari 19 responden, tiga orang (15,8%) memiliki asupan serat tinggi dan enam belas (84,2%) memiliki asupan serat rendah. Menurut Almatsier (2005), konsumsi serat dapat menurunkan asupan energi sehingga menurunkan risiko terjadinya tekanan darah tinggi. Hasil review memperoleh data bahwa responden mengonsumsi sayuran dalam jumlah sedang seperti bayam, labu siam, terong dan lain-lain setiap hari. Jika responden mengonsumsi pepaya dan pisang, mereka juga jarang mengonsumsi buah. Berdasarkan Tabel Tata Pangan Indonesia tahun 2009, produk alami ini tidak memiliki nilai serat di dalamnya. Jadi meskipun sudah mengonsumsi sayur-sayuran dan produk organik, namun asupan serat responden masih belum mencukupi kebutuhan sehari-hari. Angka Kecukupan Gizi menganjurkan konsumsi serat >25 gram per hari. Menurut Baliwati dkk. (2004), konsumsi serat yang terlalu sedikit dapat menyebabkan obesitas, yang pada gilirannya meningkatkan tekanan darah dan berkontribusi terhadap penyakit degeneratif.

Berdasarkan temuan penelitian, kelompok pasien yang termasuk dalam kategori defisit parah mengonsumsi natrium paling banyak 30 responden, atau 100%. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahma dan Baskari (2019) dimana hasil penelitiannya menunjukkan bahwa dari 104 orang, asupan natrium sebagian besar subjek, tepatnya 90 orang (60,8%) <10% dari total asupan natrium. AKG 2013. Meningkatnya asupan natrium menyebabkan konsentrasi natrium dalam tubuh. cairan ekstraseluler mengembang, peningkatan cairan ekstraseluler menyebabkan peningkatan volume darah dan tekanan darah. Menurut Montol (2015), peningkatan prevalensi hipertensi dapat dipicu oleh tekanan darah tinggi yang menetap.

Berdasarkan temuan penelitian, pasien hipertensi ringan memiliki asupan serat tertinggi pada kategori defisit berat yaitu sebanyak 6 (20,6%) responden. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahayu dkk (2022) yang menyatakan

bahwa responden dengan hipertensi ringan lebih sering ditemukan pada responden yang asupan seratnya kurang yaitu sebanyak 13 (76,5) responden. Jika dikaitkan dengan angka kejadian hipertensi, terdapat kecenderungan orang yang mengonsumsi lebih sedikit serat mengalami kejadian stroke lebih besar dibandingkan mereka yang tidak menderita stroke. Ketika orang tidak mengonsumsi cukup serat, lebih sedikit asam empedu yang dikeluarkan melalui tinja, sehingga lebih banyak kolesterol diserap dari sisa empedu. Hal ini pada akhirnya meningkatkan tekanan darah dalam tubuh. Kejadian stroke juga dipengaruhi oleh konsumsi kolesterol yang berisiko. Banyaknya kolesterol yang mengalir dalam darah karena kurangnya konsumsi serat akan menyebabkan penumpukan lemak yang lebih besar di pembuluh darah dan menghambat aliran darah yang berdampak pada peningkatan tekanan darah dan terjadinya stroke. Berdasarkan temuan penelitian, responden pada kategori tekanan darah hipertensi ringan paling banyak mengonsumsi natrium, yaitu 12 (40% responden) termasuk dalam kategori tersebut. Untuk menormalkan dan menurunkan tekanan darah pada pasien stroke dengan hipertensi, diet rendah natrium atau garam ditentukan. Menurut temuan penelitian, pasien stroke mampu mematuhi pola makannya dengan baik karena asupan natriumnya yang rendah. Hal ini juga terlihat dari data yang menunjukkan bahwa 10% responden memiliki tekanan darah optimal, 30% memiliki tekanan darah normal, dan 40% memiliki hipertensi ringan. Hal ini menunjukkan bahwa pola makan rendah natrium dapat digunakan untuk mengendalikan hipertensi, mencegah hipertensi berat yang dapat mengakibatkan stroke berulang.