

PENGARUH KONSUMSI SERAT DAN ANTIOKSIDAN (VITAMIN A, C DAN E) TERHADAP KEJADIAN PENYAKIT JANTUNG KORONER (STUDI PASIEN RAWAT JALAN DI BPRSUD SALATIGA)

NINA ARYATI -- E2A302126  
(2004 - Skripsi)

Penyakit Jantung Koroner (PJK) sangat erat hubungannya dengan pola makan dan kebiasaan makan. Upaya yang terbaik adalah dengan menerapkan 10 Petunjuk Hidup Sehat diantaranya menghindari makan makanan berlemak secara berlebihan dan membudayakan makan sayur dan buah-buahan yang mengandung cukup serat dan antioksidan. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh konsumsi serat dan antioksidan (vitamin A, C dan E) terhadap kejadian PJK. Desain penelitian yang digunakan adalah kasus kontrol dengan pendekatan waktu retrospektif. Penelitian ini termasuk jenis *explanatory research*. Responden diambil sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Data primer meliputi konsumsi serat dan antioksidan (Vitamin A, C dan E), sedangkan data diagnosa, umur, jenis kelamin, BB dan Tb merupakan data sekunder. Data diolah dengan menggunakan NUTRSOFT 2003 dan analisis data memakai program SPSS dengan uji statistik *Chi Square* ( $\chi^2$ ) dan tingkat kepercayaan 95%. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh konsumsi vitamin A terhadap kejadian PJK dan ada pengaruh konsumsi serat, vitamin C dan E terhadap kejadian PJK. Dari hasil, didapatkan bahwa kelompok responden yang mengkonsumsi serat kurang dari Angka Kecukupan Gizi (AKG) mempunyai risiko 18 kali lebih besar terhadap kejadian PJK dibanding kelompok yang konsumsi seratnya memenuhi AKG, sedangkan kelompok responden yang mengkonsumsi vitamin C dan E kurang dari AKG mempunyai risiko 11 kali lebih besar terhadap kejadian PJK dibanding kelompok yang konsumsi vitamin C dan E lebih atau sama dengan AKG. Disarankan perlu adanya promosi di Poliklinik Penyakit Dalam BPRSUD Salatiga tentang pentingnya konsumsi serat, vitamin C dan E bagi mereka yang terpapar (konsumsi kurang), agar dapat memperbaiki pola makan untuk pemulihan penyakit.

**Kata Kunci:** Serat, antioksidan (vitamin A, C dan E), Penyakit Jantung Koroner

*A Coroner Heart Attack is related with life style and eating habit. The best effort is by applying 10 Health Life Guides, among others are preventing to eat fatty food in massive and developing to eat vegetables and fruits containing enough fiber and antioxidant. The aim of the research was to know the influence of fiber consumption pattern and antioxidant (vitamine A, C and E) consumption to the incident of coroner heart attack. The used research design was control case with retrospective time approach. Kind of the research was an explanatory research. Respondents were taken in appropriate with inclusion and exclusion criteria. The primary data involved fiber consumption, vitamine A, C and E, meanwhile the diagnosis data, age, sex, weight and height were secondary data. Data was processed by using NUTRSOFT 2003 and data analysis used SPSS Programme with Chi Square statistical test ( $\chi^2$ ) and trust degree 95 %. The Analysis result indicates that there is no influence of vitamine A consumption to the incident of coroner heart attack and there is influence from fiber, vitamine C and E consumption to the incident coroner heart attack. From the result, it was obtained that respondents group consuming fiberless than Rate of Nutrient Sufficiency has risk 18 times to the incident of coroner heart attack compared to the group which its fiber consumption fulfill the Nutrient Sufficiency Rate, meanwhile the respondents group consuming vitamine C and E less than Nutrient Sufficiency Rate has risk 11 times to the incident of coroner heart attack compared to the group consuming vitamine C and E more or the same as Nutrient Sufficiency Rate. It is suggested to promoted at the Polyclinic of Inner Disease of BPRSUD Salatiga about the importance of fiber, vitamine C and E consumption for them who explained above (less consumption) in order to improve the eating pattern for disease recover.*

*Keyword: Fiber, Antioxidant (vitamine A, C and E), Coroner Heart Attack*