

PERBEDAAN ASUPAN SERAT PADA PASIEN HEMOROID DAN TIDAK HEMOROID DI RUANG BERSALIN RSU HAJI SURABAYA

Lintang Dwi Cahya dan Bambang Giatno R
Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Surabaya

bbgiatno@yahoo.com

ABSTRAK

Serat makanan (*dietary fiber*) adalah komponen dalam tanaman yang tidak dapat tercerna secara enzimatik menjadi bagian-bagian yang dapat diserap disaluran pencernaan. Kurang asupan serat dapat menyebabkan penyakit saluran cerna seperti hemoroid. Wasir atau *hemorrhoid* adalah penyakit atau gangguan pada anus yang mengalami pembengkakan terkadang disertai pendarahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan asupan serat pada pasien hemoroid dan tidak hemoroid. Penelitian ini adalah penelitian Analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Responden dalam penelitian ini adalah semua pasien di ruang bersalin RSU Haji Surabaya. Teknik pengambilan data yang di gunakan adalah *simple random sampling*. Untuk mengetahui asupan serat dan aktivitas sehari sehari data penelitian di dapatkan dari *Food Frekuensi Quetionaire* dan kuesioner . Hasil penelitian ini di dapatkan 7 responden menderita hemoroid dari 24 orang responden. Data yang diperoleh dari FFQ dan kuesioner di uji menggunakan uji *mann whitney* didapatkan hasil ada perbedaan asupan serat pada pasien hemoroid dan tidak hemoroid dan ada perbedaan antara faktor pendukung kejadian hemoroid pada penderita hemoroid dan tidak hemoroid di ruang bersalin RSU Haji Surabaya. Oleh karena itu perlu di berikan penyuluhan kepada masyarakat mengenai pentingnya asupan serat dan kaitannya dengan hemoroid.

Kata Kunci : serat, faktor pendukung, hemoroid

PENDAHULUAN

Pada umumnya, jika kita membicarakan zat makanan, kita cenderung memikirkan apakah bahan makanan itu bernilai gizi tinggi atau tidak. Kualitas gizi ditentukan oleh nilai protein, karbohidrat, lemak, vitamin, dan mineral yang terkandung pada makanan itu. Kita jarang memikirkan apakah makanan itu berserat atau tidak dan apa manfaatnya (Irianto, 2007).

Dalam 20 tahun terakhir ini, para ilmuwan klinik telah membuktikan bahwa serat merupakan komponen esensial pada diet yang seimbang. Serat memiliki banyak fungsi dan tidak semua fungsinya diketahui sepenuhnya (Beck, 2011).

Fungsi serat makanan antara lain, membuat makanan dapat bertahan lama

berada dalam lambung, jika kita bandingkan dengan makanan lain yang tak berserat. Makanan berserat dapat bertahan di lambung sampai 24 jam, sedang makanan lain maksimum hanya 4 jam. Fungsi lain dari serat makanan adalah merangsang aktivitas saluran usus untuk mengeluarkan feses secara teratur. Selain itu, serat makanan di dalam feses dapat menyerap banyak air, sehingga membantu feses menjadi lebih lunak (mencegah konstipasi). (Eva, 2015).

Dari berbagai penyakit yang berkaitan dengan pencernaan salah satu penyakit yang diakibatkan oleh konsumsi serat yang rendah adalah hemoroid, atau biasa disebut wasir. Hemoroid merupakan penyakit di daerah anus

yang cukup banyak ditemukan di praktek dokter (Muthmainnah, 2015).

Menurut Haryono (2012) Gejala hemoroid apabila sudah parah di antaranya adanya bintil atau benjolan yang keluar dari lubang anus akibat dari pembengkakan atau pembesaran pembuluh darah vena di anus pembesaran ini jika dibiarkan akan semakin membesar dan sering kali tidak dapat masuk ke dalam anus lagi atau dapat masuk kembali dengan cara ditekan ke dalam dengan jari tangan, jika benjolan terlalu besar sangat sulit untuk masuk kembali ke dalam benjolan akan terasa sakit, pedih, nyeri, dan pegal sehingga sangat mengganggu jika penderita duduk atau berjalan darah dapat menetes jika pembengkakan tersebut tergores sesuatu; pada saat buang air besar, darah akan menetes akibat luka gesek yang ditimbulkan oleh feses, jika darah menetes terus-menerus, penderita akan nampak lesu dan pucat benjolan dapat berlanjut pecah, bernanah dan menimbulkan bau yang tidak sedap karena infeksi.

Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang perbedaan asupan serat terhadap penderita hemoroid di ruang bersalin. Karena ibu hamil lebih rentan mengalami hemoroid selain itu penyakit hemoroid cukup mengganggu serta menimbulkan perasaan tidak nyaman bagi penderita dan apabila tidak di atasi dengan tepat maka akan memperparah derajat hemoroid.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian analitik, dimana peneliti melakukan pengukuran variabel *independen* (bebas) dan *dependen* (terikat). Dalam penelitian ini pendekatan yang di gunakan adalah pendekatan *cross sectional*, karena antara variabel *independen* (bebas) dan variabel

dependen (terikat) diukur pada saat yang bersamaan.

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di ruang bersalin RSUD Haji Surabaya. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada Februari – Juni 2016. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien rawat inap di ruang bersalin RSUD Haji. Sampel adalah sebagian dari populasi yang diharapkan dapat mewakili atau mempresentatif populasi (Riyanto, 2013). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah pasien hemoroid dan tidak hemoroid di ruang bersalin RSUD Haji Surabaya. Berdasarkan rumus (Riyanto, 2013) perhitungan diperoleh sampel penelitian sebesar 24 orang.

Pada penelitian ini, sampel yang diambil harus memenuhi beberapa kriteria dibawah ini

1. Pasien rawat inap di ruang bersalin RSUD Haji.
2. Pasien bersedia untuk berpartisipasi menjadi responden dalam kegiatan penelitian.
3. Pasien penderita hemoroid dan tidak hemoroid

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah simple random sampling

HASIL DAN PEMBAHASAN

RSUD Haji berubah status menjadi RSUD tipe B Pendidikan. Untuk mendukung operasional RSUD Haji Surabaya memiliki 226 tempat tidur perawatan, ditunjang dengan alat medis canggih dan dokter spesialis senior di kota Surabaya. RSUD Haji Surabaya melayani semua lapisan masyarakat umum dengan motto "menebar salam dan senyum dalam pelayanan". Dengan fasilitas yang tersedia, RSUD Haji telah ikut mendidik mahasiswa kedokteran dan menyelenggarakan postgraduate training untuk dokter dari RS seluruh Jawa Timur.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Kejadian Hemoroid Di Ruang Bersalin RSUD Haji Surabaya.

Kategori	Jumlah	Presentase
Tidak hemoroid	7	29,16 %
Hemoroid	17	70,83 %
Total	24	100 %

Tabel 2. Perbedaan Asupan Serat Pada Pasien Hemoroid Dan Tidak Hemoroid Di Ruang Bersalin RSUD Haji Surabaya.

Pasien	Asupan Serat					TOTAL	P-value
	Diatas cukup	Normal	Defisit ringan	Defisit sedang	Defisit berat		
Hemoroid	0	0	0	0	7	7	0,00
Tidak hemoroid	9	5	1	2	0	17	

Tabel 3 Perbedaan Tingkat Faktor Pendukung Kejadian Hemoroid Pada Pasien Hemoroid Dan Tidak Hemoroid Di Ruang Bersalin RSUD Haji Surabaya.

Pasien	Tingkat Faktor Pendukung					TOTAL	P - value
	Sangat lemah	Lemah	Cukup	Kuat	Sangat kuat		
Hemoroid	0	0	0	3	4	7	0,001
Tidak hemoroid	0	0	10	7	0	17	

Perbedaan Asupan Serat Pada Pasien Hemoroid Dan Tidak Hemoroid

Dari hasil penelitian di lakukan pengolahan data statistika *mann whitney* untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan asupan serat dengan terjadinya hemoroid. Pada tabel 2 dapat diketahui bahwa berdasarkan uji statistik *mann whitney* di dapatkan hasil *p - value* (0,00) < α (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak yang artinya ada perbedaan asupan serat pada pasien hemoroid dan tidak hemoroid.

Selain dapat mencegah timbulnya hemoroid, mengkonsumsi serat sangat bermanfaat bagi tubuh. Menurut Irianto (2007), Fungsi serat antara lain, membuat makanan dapat bertahan lama berada dalam lambung, jika kita bandingkan dengan makanan lain yang tak berserat. Makanan berserat dapat bertahan di lambung sampai 24 jam, sedang makanan lain maksimum hanya 4

jam. Fungsi lain dari serat makanan adalah merangsang aktivitas saluran usus untuk mengeluarkan feses secara teratur. Selain itu, serat makanan di dalam feses dapat menyerap banyak air, sehingga membantu feses menjadi lebih lunak (mencegah konstipasi). Perkembangan terakhir, ahli epidemiologi berpendapat bahwa makanan yang mengandung serat tinggi dapat melindungi tubuh dari bahaya kanker usus dan wasir. Makanan yang mengandung banyak serat membantu pengikatan bahan penyebab kanker (karsinogenik) dan mengeluarkannya dari usus besar. Dengan semakin banyaknya serat makanan, maka volume feses semakin bertambah dan menjadi lunak.

Perbedaan Faktor Pendukung Kejadian Hemoroid Pada Pasien Hemoroid Dan Tidak Hemoroid

Dapat diketahui bahwa aktivitas fisik dan kebiasaan sehari hari seperti

terlalu lama duduk, terlalu lama berdiri, olahraga pernapasan, angkat beban yang kurang tepat dapat memicu timbulnya hemoroid hal ini karena pada posisi tersebut darah lebih banyak berkumpul pada vena di daerah anus rektum namun darah akan lancar kembali apabila ada pergerakan badan. Hal ini terbukti dari responden yang menderita hemoroid memiliki kebiasaan terlalu lama duduk dan olahraga yang kurang tepat. Hal tersebut dapat disebabkan karena pekerjaan responden seperti penjahit, aktivitas responden duduk seharian menonton televisi, olahraga yang kurang tepat karena tanpa di dampingi instruktur olahraga yang profesional.

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa berdasarkan uji statistik *mann whitney* di dapatkan hasil $p - value (0,001) < \alpha (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak yang artinya ada perbedaan antara faktor pendukung kejadian hemoroid pada penderita hemoroid dan tidak hemoroid. Dari data tersebut di ketahui bahwa faktor pendukung terjadinya hemoroid ada perbedaan hal ini dapat dilihat dari 24 responden tersebut hanya 7 orang saja yang menderita hemoroid. Sedangkan dari tingkat faktor pendukung kejadian hemoroid jika di lihat pada tabel 5.6 dari 24 reponden 14 orang tergolong berpotensi kuat dan sangat kuat untuk menderita hemoroid. Pada responden yang menderita hemoroid 3 orang tergolong berpotensi kuat dan 4 orang berpotensi sangat kuat.

Seperti yang dijelaskan bahwa faktor pendukung diatas adalah aktivitas fisik yang berkaitan dengan kongesti vaskular dan prolaps mukosa sehingga apabila aktivitas dan kebiasaan yang kurang tepat tersebut dilakukan terus menerus dan dalam jangka waktu yang cukup lama dapat menyebabkan terjadinya hemoroid.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dalam bab sebelumnya

maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut :

- Asupan serat pasien di ruang bersalin RSUD Haji dari 24 responden, 3 orang (12,5 %) asupan seratnya tergolong diatas cukup, 7 orang (29,16%) asupan seratnya tergolong normal, 7 orang tergolong defisit ringan (29,16%), dan 7 orang tergolong defisit berat (29,16%)..
- Ada perbedaan asupan serat antara penderita hemoroid dan tidak hemoroid di ruang bersalin RSUD Haji.

DAFTAR RUJUKAN

- Beck, Mary.E., 2011. *Ilmu Gizi dan Diet*. Andi, Yogyakarta.
- Eva, Floria. 2015. Prevalensi Konstipasi dan Faktor Risiko Konstipasi pada Anak, *Tesis*. Universitas Udayana. Denpasar. Diakses pada bulan november 2015.
- Haryono, Rudi. 2012. *Keperawatan Medikal Bedah Sistem Pencernan*. Gosyen Publishing. Yogyakarta
- Irianti, Bayu & Erda Mutiara, *et al*. 2014. *Asuhan Kehamilan Berdasarkan Bukti*. Sagung Seto. Jakarta.
- Irianto, Kus, 2007. *Gizi dan Pola Hidup Sehat*. CV.YRAMA WIDYA,Bandung.
- Muthmainnah, Afifah, 2015. Peranan Diet Rendah Serat Terhadap Timbulnya Hemoroid di RSUP. Dr.M. Djamil Padang, *Karya Tulis Ilmiah*, Universitas Andalas. Padang. Diakses pada bulan desember 2015.
- Riyanto, A. 2013. *Statistika Untuk Kesehatan*. Nuha Medika. Yogyakarta.

Reviewer : **Dian Shofiya, SKM., M.Kes**