

# STUDI PENGETAHUAN FITOKIMIA DAN TERAPI FITOKIMIA DI INSTALASI GIZI DAN PASIEN KANKER PAYUDARA RUMAH SAKIT WAHIDIN SUDIROHUSODO MAKASSAR TAHUN 2011

Sabrina

Program Studi Gizi  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Singaperbangsa Karawang  
e-mail: sabrinabukhari18@gmail.com

## ABSTRAK

Fitokimia atau kadang disebut fitonutrien, dalam arti luas segala jenis zat kimia yang diturunkan dari sumber tumbuhan, termasuk sayur dan buah-buahan. Fitokimia biasanya digunakan untuk merujuk pada senyawa yang ditemukan pada tumbuhan yang tidak dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh, tetapi memiliki peran aktif bagi pencegahan penyakit.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengetahuan ahli gizi dan pasien kanker payudara. metode penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian kualitatif dengan rancangan rapid assesment. Pemilihan informan dengan cara purposive dan snowballing dengan jumlah informan 19 orang. Terdiri dari 12 ahli gizi dan 7 pasien kanker payudara.

Hasil penelitian ini menunjukkan kurangnya pengetahuan ahli gizi dan pasien kanker payudara tentang fitokimia dan terapi fitokimia, selain itu baik di instalasi gizi maupun pasien kanker payudara tidak mengaplikasikan terapi fitokimia dalam dietnya. Oleh karena itu, perlu dilakukan pelatihan untuk ahli gizi dan penyuluhan untuk pasien kanker payudara sehingga dapat menerapkan terapi fitokimia dengan sebaik-baiknya.

**Kata kunci : Fitokimia, Ahli gizi, Kanker payudara**

## ABSTRACT

*Phytochemicals or sometimes called phytonutrients, in the broadest sense of all types of chemicals derived from plant sources, including vegetables and fruits. Phytochemicals are usually used to refer to compounds found in plants that are not needed for normal bodily functions, but have an active role for disease prevention.*

*This study aims to explore the knowledge of nutrition and breast cancer patients. and the depiction of the general provision of phytochemical therapies either at installation or by breast cancer patients. research method used is a type of qualitative research with rapid design assesment. The selection of informants by purposive and snowballing with a number of informants 19 people. Composed of 12 dietitians and 7 patients with breast cancer.*

*The results of this study indicate a lack of knowledge of nutrition and breast cancer patients about phytochemicals and phytochemical therapies, other than that both in the installation of nutrition and breast cancer patients*

*do not apply the phytochemicals in the diet therapy. Therefore, the necessary training to nutrition and counseling for breast cancer patients so that therapy can be implemented with the best phytochemicals.*

**Keywords : Phytochemical, nutritionist, breast cancer**

## **Pendahuluan**

Berdasarkan SKRT terbaru saat ini penyakit kanker merupakan penyebab kematian nomor lima di Indonesia setelah penyakit kardiovaskuler, infeksi pernafasan dan pencernaan. Dengan peningkatan kasus kematian penyakit kanker dari 3,4% pada tahun 1980 menjadi 4 % pada tahun 1992, 5 % pada tahun 1995, dan meningkat menjadi 6 % pada tahun 2001<sup>9</sup>.

Berdasarkan data IARC (*International Agency for Research on Cancer*) tahun 2008 diperkirakan terdapat 12,7 juta kasus kanker baru dan 7,6 juta kematian akibat kanker. Kanker payudara merupakan salah satu kanker yang paling banyak didiagnosis di seluruh dunia yaitu sekitar 1,38 juta<sup>37</sup>.

Rata-rata asupan zat gizi makro pasien kanker payudara yang menjalani rawat inap di RSUP Dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar semuanya masuk dalam kategori kurang yaitu asupan karbohidrat sebesar 54,86 %, protein sebesar 48,29 %, dan lemak sebesar 36,58 % sedangkan asupan zat gizi mikro pasien kanker payudara yang menjalani rawat inap di RSUP Dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar yaitu asupan vitamin A = 48,0 %, B1 = 0,98 %, B2 = 1,31 %, B6 = 1,9 %, niasin = 2,52 %, vitamin C = 0,85 %, vitamin D = 39,92 %, vitamin E = 0,55 %, As. Folat = 14,28, Fe = 46,28 %, zink = 8,62 %, dan serat = 33,69 % .

Zat antioksidan adalah substansi yang dapat menetralkan atau menghancurkan radikal bebas. Radikal bebas adalah setiap molekul yang

mengandung satu atau lebih electron yang tidak berpasangan. Radikal bebas juga terdapat di lingkungan sekitar kita yang berasal dari polusi udara, asap tembakau, penguapan alkohol yang berlebihan, bahan pengawet dan pupuk, sinar ultra violet, X-rays, dan ozon. Radikal bebas dapat merusak sel tubuh apabila tubuh kekurangan zat antioksidan atau saat tubuh kelebihan radikal bebas. Hal ini dapat menyebabkan mempercepat proses penuaan, sel kanker, penyakit hati, arthritis, katarak, dan penyakit degeneratif lainnya<sup>1</sup>.

Indonesia adalah salah satu negara dengan kekayaan alam terbesar di dunia. Kekayaan alam tersebut belum dimanfaatkan secara maksimal, dan berpeluang besar terdapat tumbuhan-tumbuhan yang berkhasiat sebagai antioksidan<sup>41</sup>. Antioksidan alami yang ampuh di dalam tumbuhan bernama fitokimia. Fitokimia mempunyai efek biologi yang efektif menghambat pertumbuhan kanker. Dari sekitar 30.000 fitokimia yang sudah diketahui sekarang, sebanyak 5.000-10.000 terdapat dalam bahan pangan. Hampir 400.000 jenis tanaman mengandung fitokimia<sup>2</sup>.

Berdasarkan fakta diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa kebutuhan fitokimia menjadi salah satu kebutuhan pokok yang harus dipertimbangkan dalam pembuatan diet kanker untuk pasien kanker terkhusus kanker payudara. Tentu saja jumlah fitokimia yang dibutuhkan untuk pasien kanker payudara harus melebihi jumlah fitokimia untuk pasien yang sehat karena tubuh pasien akan lebih membutuhkan fitokimia sebagai antioksidan pada saat sedang sakit. Penelitian yang dilakukan akan menggambarkan pengetahuan fitokimia dan terapi fitokimia pada pasien kanker payudara dan ahli gizi rawat inap Rumah Sakit Wahidin Sudirohusodo.

Tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengetahuan fitokimia dan terapi fitokimia pada pasien kanker payudara dan instalasi gizi rumah sakit Wahidin Sudirohusodo makassar Tahun 2011.

## **METODE**

### **a. Waktu dan Tempat Penelitian**

#### 1. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober-November 2011.

#### 2. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di instalasi gizi dan ruang bedah tumor RSUP Dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar. Informan yang diteliti adalah ahli gizi dan pasien kanker payudara, karena hasil penelitian ingin mengetahui pengetahuan dan pengadaan terapi fitokimia baik di instalasi gizi (ahli gizi) maupun pasien kanker payudara (ruang bedah tumor).

### **b. Informan**

1. Tujuh pasien kanker payudara yang menjalani rawat inap di RSUP Dr. Wahidin Sudirohusodo kota Makassar.
2. Dua belas ahli gizi di instalasi gizi RSUP Dr. Wahidin Sudirohusodo kota Makassar.

### **c. Jenis dan rancangan penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif. Dengan rancangan *rapid assesment* yaitu penilaian cepat terhadap keadaan,

program atau masalah kesehatan yg hasilnya dapat dipertanggung jawabkan secara ilmiah<sup>10</sup>.

#### **d. Teknik pemilihan informan**

##### **1. Purposive**

Teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu ini, misalnya orang tersebut dianggap paling tahu tentang apa yang kita harapkan, atau mungkin dia sebagai penguasa sehingga akan memudahkan peneliti menjelajahi subyek/situasi social yang akan diteliti.

Teknik purposive dimanfaatkan peneliti pada saat memilih informan untuk mengetahui pengadaan terapi fitokimia di instalasi gizi. ahli gizi yang peneliti pilih adalah ahli gizi yang paling mengetahui tentang diet kanker payudara karena tugas ahli gizi yang bertanggung jawab pada diet untuk pasien kanker.

##### **2. Snowball**

Teknik pengambilan sampel sumber data, yang pada awalnya jumlahnya sedikit, lama-lama menjadi besar. Hal ini dilakukan karena dari jumlah sumber data yang sedikit itu tersebut belum mampu memberikan data yang memuaskan, maka mencari orang lain lagi yang dapat digunakan sebagai sumber data. Dengan demikian jumlah sumber data akan semakin besar, seperti bola salju yang menggelinding, lama-lama menjadi besar.

Peneliti menggunakan teknik snowball dalam memilih ahli gizi maupun pasien untuk mengetahui pengetahuan tentang fitokimia dan terapi fitokimia.

#### **e. Instrumen Penelitian**

- a. Alat tulis menulis
- b. Perekam suara

#### **f. Pengumpulan Data**

Data ini diperoleh dengan melakukan wawancara terhadap beberapa informan yang direkomendasikan oleh ahli gizi dan ahli gizi sendiri yang kemudian dimintai persetujuannya untuk diwawancarai dan penggalian informasi terhadap beberapa informan dilakukan dengan dialog secara individu menggunakan pedoman wawancara. Data sekunder merupakan data sejumlah penderita pasien kanker payudara di rumah sakit wahidin sudirohusodo Makassar tahun 2011 dan profil intalasi gizi RS wahidin tahun 2011.

#### **g. Analisis data**

Analisis data yang dilakukan pada penelitian ini adalah analisis domain dengan langkah-langkah yakni intisari, kategori, interpretasi, dan abstraksi data. Analisis domain dilakukan dengan memperoleh gambaran umum dan menyeluruh dari obyek/penelitian atau situasi social. Ditemukan berbagai domain atau kategori. Diperoleh dengan pertanyaan grand dan minitour. Hasilnya berupa gambaran umum tentang obyek yang diteliti, yang sebelumnya belum pernah diketahui.

#### **h. Keabsahan Data**

Keabsahan data dilakukan dengan triangulasi sumber, dimana dalam mendapatkan informasi tentang pengetahuan maupun pengadaan terapi fitokimia terdapat dua sumber yaitu ahli gizi dan pasien kanker payudara.

tujuan dari triangulasi bukan untuk mencari kebenaran tentang beberapa fenomena, tetapi lebih pada peningkatan pemahaman peneliti terhadap apa yang telah ditemukan.

## **Hasil dan Pembahasan**

### **1. Pengetahuan fitokimia**

Pada tabel 1 dan tabel 2 menggambarkan pengetahuan ahli gizi dan kanker payudara tentang fitokimia dimana hampir semua informan ahli gizi tidak mengetahui apa itu fitokimia, namun ada satu ahli gizi yang menjelaskan bahwa fitokimia itu adalah racun pada tumbuhan dan makanan. Sedangkan untuk antioksidan jawaban informan ahli gizi beragam, mulai dari pencegah penuaan dini, zat yang melawan zat kanker, zat yang banyak terkandung pada buah dan sayur, zat yang baik bagi kesehatan, dan zat yang terdapat pada bahan makanan dan berefek baik apabila kita sering mengkonsumsinya. Untuk lebih jelasnya, dapat dilihat dari salah satu kutipan informan berikut :

Semua pasien baru mendengar kata fitokimia sehingga mereka tidak mengetahui dan memahami tentang fitokimia, sedangkan untuk antioksidan hampir semua pasien kanker payudara, tidak mengetahui zat apa yang terkandung pada bahan pangan nabati yang baik bagi kesehatannya. kecuali satu pasien yang menganggap bahwa vitamin adalah zat yang terkandung di dalam makanan yang menyehatkan dan berfungsi sebagai fitokimia.

**Table 1. Matriks jawaban informan tentang pengetahuan fitokimia, antioksidan, terapi fitokimia**

Informasi	Informan	Abstraksi (informan)
-----------	----------	----------------------

<b>Pengetahuan istilah fitokimia ahli gizi</b>	Ahli gizi	Tidak tahu  Racun pada tumbuhan dan makanan
<b>Pengetahuan istilah fitokimia pasien</b>	Pasien	Tidak tahu
<b>Pengetahuan istilah antioksidan ahli gizi</b>	Ahli gizi	Pencegah penuaan dini  Tidak tahu  Zat yang melawan zat kanker  Zat yang terkandung pada buah dan sayur  Zat yang baik bagi penderita kanker  Zat yang baik bagi kesehatan  Terdapat pada makanan, baik ketika sering dikonsumsi
<b>Pengetahuan zat apakah yang baik bagi kesehatan dan dapat menyembuhkan penyakit pada makanan</b>	Pasien	Tidak tahu  Vitamin
<b>Pengetahuan tentang terapi fitokimia</b>	Ahli gizi	Tidak tahu  Terapi nutrisi  Terapi herbal
<b>Pengetahuan pasien tentang terapi fitokimia</b>	Pasien	Tidak tahu  Terapi herbal

**Tabel 2. Matirks jawaban informan tentang pengadaan terapi fitokimia**

Informasi	Informan	Abstraksi
<b>Informasi bahan pangan nabati di instalasi gizi</b>	Ahli gizi	Terdapat bahan pangan nabati
<b>Fungsi bahan nabati pada diet kanker</b>	Ahli gizi	Fungsi bahan pangan nabati di rumah sakit adalah untuk karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan serat
<b>Adakah perbedaan bahan pangan nabati pada pemberian diet pasien</b>	Ahli gizi	Disamaratakan pemberian pangan nabati pada semua pasien (tidak menerapkan terapi fitokimia)
<b>Alasan perbedaan bahan pangan nabati di instalasi gizi</b>	Ahli gizi	Perbedaan karena faktor kelas

## 2. Pengetahuan terapi fitokimia

Pada table 3 menggambarkan pengetahuan ahli gizi dan pasien kanker payudara tentang fitokimia. Sebagian besar ahli gizi tidak mengetahui tentang terapi fitokimia, tiga ahli gizi lainnya menganggap bahwa terapi fitokimia serupa dengan terapi herbal dan terapi nutrisi.

**Table 3. fitokimia untuk pasien kanker payudara dan frekuensinya pada siklus menu**

**10 hari**

No	Fitokimia	Sumber	Fungsi	Frekuensi pemberian dalam	Masakan

---

siklus

menu

1.	Isoflavon	Kedelai	Membantu menghambat pertumbuhan kanker yang dipicu oleh estrogen manusia	16	Tempe mendoan Tahu bacem Tempe goreng Tahu asam manis Tahu saos tomat
2.	Resveratrol	Kulit anggur merah	Menghambat produksi growth factors dalam proses angiogenesis	0	
3.	Kurkumin	Kunyit	Menghambat produksi growth factors dalam proses angiogenesis	10	Telur kalio Kari daging Kakap acar kuning Terik telur Rendang telur Soto sayuran Tuna wongku belangga
4.	Genistein	Kedelai	Menghambat produksi growth factors dalam proses angiogenesis	16	Tempe mendoan Tahu bacem Tempe goreng Tahu asam manis

					Tahu saos tomat
5.	Vitamin C	Cabai, jeruk	Memperbaiki kerusakan kolagen dengan membuat kolagen baru lewat <i>hidroksilasi prolin</i>	Cabai (19), jeruk (8)	- Cabai : Urapan Telur kalio Kari daging Ayam goreng bumbu bali Sambal goreng bandeng Ayam bumbu rujak Ikan asam manis Capcay Kakap acar kuning Oseng buncis Sayur lodeh Rendang telur Soto sayuran Tuna wongku belangga Acar timun wortel Gado-gado Telur rending - Jeruk : Ayam opor Ayam goreng bumbu bali Tenggiri rica-rica Ayam bumbu rujak Terik telur

					Tuna wongku belangga
6.	Catechin	Teh hijau	Menghambat pertumbuhan pembuluh darah baru (angiogenesis) pada sel kanker payudara	0	
7.	Polifenol	Teh hijau	Senyawa antioksidan yang menetralkan radikal bebas	0	
8.	Likofen	Tomat	Senyawa antioksidan yang menetralkan radikal bebas	9	Telur balado Kari daging Sambal goreng bandeng Gulai sayuran Ikan asam manis Capcay Tahu asam manis Dadar sayuran Tahu saos tomat
9.	Beta-karoten	Wortel	Senyawa antioksidan yang menetralkan radikal bebas	9	Gulai sayuran Sup makaroni Capcay Orak arik wortel Oseng buncis Cah sapi wortel Acar timun wortel Cah sawi wortel
10	<i>Sulforafan</i>	Brokoli, kol, sawi	Meningkatkan produksi enzim fase II	Brokoli (0), kol	- Kol : Urapan

(9), Sup kimlo  
 sawi Gulai sayuran  
 (7) Capcay  
 Orak arik wortel  
 Soto sayuran  
 Dadar sayuran  
 Gado-gado  
 - Sawi :  
 Mie goreng  
 Cah sawi wortel

11	<i>Alil sulfide</i>	Bawang putih	Mengurangi perubahan prokarsinogen menjadi karsinogen	46	Daging bumbu lapis Sup kacang merah Telur kalio Tahu bacem Ayam bumbu rujak Ikan rica-rica Sup macaroni Ikan asam manis Telur bumbu bali Sambal goreng bandeng cabe ijo Mie goreng Podomoro Telur balado Oseng-oseng buncis Kari ayam
----	---------------------	--------------	---	----	---

Tahu asem
manis
Sayur kare
Tahu bumbu
gulai
Opor daging
Kakap rica-rica
Kakap goreng
acar kuning
Capcay
Telur bumbu
rujak
Tempe goreng
Bandeng rica-rica
Tumis kacang
panjang
+ tauge
Cah sawi +
wortel
Sayur asem

Sedangkan pada pasien kanker payudara, dari tujuh pasien yang ditanya, hanya ada satu pasien yang dapat memberikan penjelasan bahwa terapi fitokimia sejenis dengan terapi herbal. Sedangkan pasien lainnya, tidak mengetahui apa itu fitokimia.

## **Pembahasan**

### **1. Pengetahuan fitokimia**

Fitokimia merupakan zat yang sangat berkhasiat dalam menyembuhkan berbagai penyakit degenerative sehingga pengetahuan tentang fitokimia sangat penting diketahui bagi masyarakat terutama untuk

ahli gizi yang akan menjalankan tugasnya dalam mengolah makanan menjadi obat yang efektif bagi pasien. Tugas ahli gizi saat ini tidak lagi berfokus mengenyangkan perut pasien, atau membantu terapi medis yang dilakukan tenaga medis, atau mencegah terjadinya masalah gizi pada pasien dalam proses pengobatannya tetapi lebih dari itu, makanan dengan kandungan kompleks plus ajaib yang dimilikinya seharusnya menjadi terapi yang dapat diandalkan dalam menangani berbagai penyakit. Kandungan ajaib itulah yang dinamakan fitokimia.

Makanan dalam peranannya menyehatkan baik melalui fungsinya sebagai pencegah penyakit dan peranannya membantu proses pengobatan apabila terlanjur sakit ternyata telah memberikan sumbangsi dalam perbaikan kesehatan masyarakat, namun seiring waktu perkembangan di bidang pangan dan gizi mengantarkan pemahaman ahli gizi kepada tingkat fitoterapi dengan mengandalkan kandungan fitokimia pada bahan pangan nabati, bukan lagi membantu pengobatan tetapi menjadi obat yang efektif dalam mengobati berbagai penyakit.

Prinsip recommended daily allowance di masa lalu telah berubah menjadi optimal daily allowance di masa kini, suatu perubahan dimana dulu zat gizi maupun zat non gizi berperan terbatas dalam menangani penyakit, kini berperan langsung dalam memberantas penyakit. Perubahan paradigma tersebut harusnya bersifat menyeluruh terutama bagi instansi rumah sakit yang menangani penyakit pasien. namun tampaknya perubahan paradigma tersebut belum diketahui dan diaplikasikan pada salah satu rumah sakit terbesar di Indonesia timur. Hal tersebut dapat kita lihat dari hasil temuan

peneliti tentang pengetahuan fitokimia oleh ahli gizi di instalasi gizi. yang menunjukkan seluruh ahli gizi baru mendengar istilah fitokimia.

Ahli gizi yang tidak mengetahui istilah fitokimia, mengarahkan pengertian pada kita bahwa pemahaman ahli gizi tentang fitokimia masih sangat minim. Pengetahuan yang minim tentu akan mempengaruhi sikap dan aplikasi pada tindakan. Pengetahuan yang minim tentang fitokimia dan fitoterapi menandakan bahwa pemahaman ahli gizi di instalasi gizi masih menggunakan paradigma recommended daily allowance, dimana diet yang diberikan hanya terbatas dalam membantu terapi medis.

## **2. Pengetahuan terapi fitokimia**

Sebagian besar pasien kanker payudara dan ahli gizi tidak mengetahui terapi fitokimia sedangkan informan yang mengetahui ada yang menyatakan bahwa terapi fitokimia adalah terapi herbal dan yang lainnya mengatakan terapi nutrisi.

Penelitian di bidang nutrisi mempelajari hubungan antara makanan dan minuman terhadap kesehatan dan penyakit, khususnya dalam menentukan diet yang optimal. Pada masa lalu, penelitian mengenai nutrisi hanya terbatas pada pencegahan penyakit kurang gizi dan menentukan standard kebutuhan dasar nutrisi pada makhluk hidup. Angka kebutuhan nutrisi (zat gizi) dasar ini dikenal di dunia internasional dengan istilah Recommended Daily Allowance (RDA). Seiring dengan perkembangan ilmiah di bidang medis dan biologi molekular, bukti-bukti medis menunjukkan bahwa RDA belum mencukupi untuk menjaga fungsi optimal tubuh dan mencegah atau membantu

penanganan penyakit kronis. Bukti-bukti medis menunjukkan bahwa akar dari banyak penyakit kronis adalah stres oksidatif yang disebabkan oleh berlebihnya radikal bebas di dalam tubuh. Penggunaan nutrisi dalam level yang optimal, dikenal dengan Optimal Daily Allowance (ODA), terbukti dapat mencegah dan menangani stres oksidatif sehingga membantu pencegahan penyakit kronis. Level optimal ini dapat dicapai bila jumlah dan komposisi nutrisi yang digunakan tepat. Dalam penanganan penyakit, penggunaan nutrisi sebagai pengobatan komplementer dapat membantu efektifitas dari pengobatan dan pada saat yang bersamaan mengatasi efek samping dari pengobatan. Karena itu, nutrisi / gizi sangat erat kaitannya dengan kesehatan yang optimal dan peningkatan kualitas hidup. Diet dengan optimal daily allowance ini disebut dengan terapi fitokimia.

### **Kesimpulan**

Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa hampir semua informan ahli gizi tidak mengetahui apa itu fitokimia, begitupun pada pasien kanker payudara. Pada variable pengetahuan terapi fitokimia, sebagian besar ahli gizi tidak mengetahui tentang terapi fitokimia, begitupun pada pasien kanker payudara.

### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Anonim a. *Kanker payudara*. <http://www.mediasehat.com/utama07.php>. 2011 [diakses pada tanggal 26 juni 2011].
2. Anonim b. *Penatalaksanaan kanker payudara*. <http://www.tempo.co.id/medika/arsip/082002/pus-3.htm>. 2010 [diakses pada tanggal 4 juni 2011].

3. Castro Nancy E. dan Carol A. Lange. *Breast tumor kinase and extracellular signal-regulated kinase 5 mediate Met receptor signaling to cell migration in breast cancer cells.* Inggris. 2011.
4. Silalahi, J. Makanan Fungsional. Yogyakarta: Kanisius. Hal. 40, 47, dan 48. 2006.