

**GAMBARAN KONSUMSI LEMAK DAN SERAT DENGAN
PROFIL LIPID PENDERITA PENYAKIT JANTUNG
KORONER (STUDI KASUS)**

ZAFIRA MAYANDA



**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN RIAU
JURUSAN GIZI
PEKANBARU
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa dalam tugas akhir dengan judul “Gambaran Konsumsi Lemak dan Serat Dengan Profil Lipid Penderita Penyakit Jantung Koroner (Studi Kasus)” ini adalah berdasarkan hasil pemikiran, penelitian dan pemaparan asli dari penulis sendiri dengan arahan dari pembimbing yang merupakan bagian atau keseluruhan dari kegiatan yang tercantum pada tugas akhir ini. Semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.




HALAMAN PENGESAHAN

Judul Tugas Akhir : Gambaran Konsumsi Lemak dan Serat dengan Profil
Lipid Penderita Penyakit Jantung Koroner (Studi Kasus)
Nama : Zafira Mayanda
NIM : P032113411085

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi D3 Gizi Poltekkes Kemenkes Riau

Pembimbing 1 :
Yessi Alza, SST, M.Biomed



Pembimbing 2 :
Hesti Atasasih, SP, MKM



Penguji :
Yolahumaroh, SKM, MPH



Diketahui oleh :

Ketua Jurusan
Fitri, SP, MKM
NIP.198008132006042010



Tanggal Ujian : 22 Mei 2024

Tanggal Lulus :

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir yang berjudul “Gambaran Konsumsi Lemak dan Serat dengan Profil Lipid Penderita Penyakit Jantung Koroner (Studi Kasus)” ini dapat selesai sesuai dengan yang diharapkan. Penyusunan laporan tugas akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya pada Program Studi Gizi. Selama proses penyusunan laporan tugas akhir ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, arahan dan dukungan dari berbagai pihak terkait, dengan itu penulis mengucapkan terimakasih setulus-tulusnya kepada :

1. Rully Hevrialni, SST, Bdn. M. Keb. M.H selaku Direktur Politeknik Kesehatan Riau
2. Fitri, SP, MKM selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Riau
3. Yessi Alza, SST., M.Biomed selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan saran serta berbagai pengalaman kepada penulis sehingga laporan Tugas Akhir ini dapat selesai dengan baik
4. Hesti Atasasih, SP, MKM selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu, dan pikiran serta penuh kesabaran telah membimbing penulis dan memberikan kritik serta saran demi perbaikan penulisan laporan Tugas Akhir ini
5. Yolahumaroh, SKM, MPH selaku penguji yang telah memberikan arahan dan saran pada penulis untuk perbaikan laporan Tugas Akhir ini
6. Seluruh dosen Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Riau yang telah mendidik dan memberikan ilmunya selama perkuliahan dan seluruh staff yang telah membantu dalam pelayanan dan administrasi sampai akhir proses pembuatan laporan Tugas Akhir
7. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan doa, pengertian serta dukunganterbaik kepada penulis
8. Teman-teman dan sahabat penulis yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis

Penulis menyadari bahwa penyusunan laporan tugas akhir ini terdapat berbagai kekurangan, maka saran dan kritik yang bersifat membangun demi jauh lebih sempurna dari sebelumnya sangat penulis harapkan. Terakhir penulis berharap semoga laporan tugas akhir ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Pekanbaru, 22 Mei 2024



Zafira Mayanda
P032113411085

DAFTAR ISI

| | |
|--|-------------|
| PERNYATAAN KEASLIAN | ii |
| ABSTRAK | iii |
| ABSTRACT | iv |
| PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA | v |
| HALAMAN PENGESAHAN | vii |
| KATA PENGANTAR | viii |
| DAFTAR ISI | x |
| DAFTAR TABEL | xiii |
| DAFTAR GAMBAR | xiv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xv |
| RIWAYAT HIDUP | xvi |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1. Latar Belakang | 1 |
| 1.2. Rumusan Masalah | 4 |
| 1.3. Tujuan Penelitian..... | 4 |
| 1.3.1. Tujuan Umum | 4 |
| 1.3.2. Tujuan Khusus | 5 |
| 1.4. Manfaat Penelitian..... | 5 |
| 1.4.1. Manfaat Teoritis | 5 |
| 1.4.2. Manfaat Praktis | 5 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 6 |
| 2.1 Penyakit Jantung Koroner | 6 |
| 2.1.1. Definisi Penyakit Jantung Koroner | 6 |
| 2.1.2. Patofisiologi Penyakit Jantung Koroner..... | 6 |
| 2.1.3. Faktor Risiko Penyakit Jantung Koroner | 8 |
| 2.1.4. Manifestasi Klinis Penyakit Jantung Koroner..... | 9 |
| 2.1.5. Penatalaksanaan Penyakit Jantung Koroner..... | 10 |
| 2.1.6. Penatalaksanaan Diet Jantung | 11 |
| 2.2 Lemak..... | 14 |
| 2.2.1. Definisi Lemak..... | 14 |
| 2.2.2. Fungsi..... | 14 |

| | | |
|---|---|-----------|
| 2.2.3. | Jenis-jenis Lemak..... | 15 |
| 2.2.4. | Makanan Sumber Lemak | 16 |
| 2.2.5. | Anjuran Asupan Lemak | 17 |
| 2.2.6. | Konsumsi Lemak dan Profil Lipid..... | 17 |
| 2.3 | Serat..... | 18 |
| 2.3.1. | Definisi Serat..... | 18 |
| 2.3.2. | Karakteristik Serat..... | 18 |
| 2.3.3. | Fungsi Serat..... | 19 |
| 2.3.4. | Klasifikasi Serat | 20 |
| 2.3.5. | Makanan Sumber Serat | 20 |
| 2.3.6. | Makanan Sumber Serat | 21 |
| 2.3.7. | Anjuran Asupan Serat | 22 |
| 2.3.8. | Konsumsi Serat dan Profil Lipid..... | 22 |
| 2.4 | Metode <i>Food Recall</i> 24 jam | 22 |
| BAB III KERANGKA KONSEP DAN DEFINISI OPERASIONAL | | 23 |
| 3.1. | Kerangka Konsep | 23 |
| 3.2. | Definisi Operasional..... | 23 |
| BAB IV METODOLOGI PENELITIAN | | 25 |
| 4.1. | Jenis Penelitian | 25 |
| 4.2. | Waktu dan Tempat | 25 |
| 4.3. | Subjek Studi Penelitian | 25 |
| 4.4. | Instrumen Pengumpulan Data..... | 25 |
| 4.5. | Jenis dan Cara Pengumpulan Data | 26 |
| 4.5.1. | Data Primer | 26 |
| 4.6. | Pengolahan dan Analisis Data..... | 26 |
| 4.6.1. | Pengolahan Data..... | 26 |
| 4.6.2. | Analisis Data | 28 |
| BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN..... | | 29 |
| 5.1 | Pengkajian Gizi | 29 |
| 5.5.1. | Identitas Responden..... | 29 |
| 5.5.2. | Antropometri..... | 30 |
| 5.5.3. | Data Biokimia..... | 30 |
| 5.5.4. | Data Riwayat Personal (<i>Client History</i>) | 31 |
| 5.5.5. | Data Riwayat Gizi (<i>Dietary History</i>)..... | 31 |
| 5.2 | Gambaran Konsumsi Lemak pada Pasien Jantung Koroner | 32 |
| 5.3 | Gambaran Konsumsi Serat pada Pasien Jantung Koroner | 33 |

| | | |
|-------------------------------|---|-----------|
| 5.4 | Gambaran Kadar Profil Lipid pada Pasien Jantung Koroner | 35 |
| BAB VI : PENUTUP | | 37 |
| 6.1. | Kesimpulan..... | 37 |
| 6.2. | Saran..... | 37 |
| DAFTAR PUSTAKA | | 38 |
| LAMPIRAN..... | | 41 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 1 Bahan makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan | 13 |
| Tabel 2 Makanan Sumber Lemak | 16 |
| Tabel 3 Kandungan serat pangan pada buah-buahan dan sayur-sayuran | 21 |
| Tabel 4 Kadar Serat Protein Nabati | 21 |
| Tabel 5 Definisi Operasional | 23 |
| Tabel 6 Identitas Responden | 29 |
| Tabel 7 Antropometri Responden | 30 |
| Tabel 8 Data Biokimia Responden | 30 |
| Tabel 9 Gambaran Konsumsi Lemak..... | 32 |
| Tabel 10 Gambaran Konsumsi Serat..... | 33 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---------------------------------------|----|
| Gambar 1. <i>Ateroklersosis</i> | 7 |
| Gambar 2. Kerangka Konsep | 23 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|----|
| Lampiran 1 Pernyataan Persetujuan Respoden | 42 |
| Lampiran 2 Kuesioner Penelitian..... | 43 |
| Lampiran 3 Format <i>Food Recall 1x24 jam</i> | 44 |
| Lampiran 4 Recall 24 jam (Hari ke-1)..... | 45 |
| Lampiran 5 Recall 24 jam (Hari ke-2)..... | 46 |
| Lampiran 6 Recall 24 jam (Hari ke-3)..... | 47 |
| Lampiran 7 Recall 24 jam (Hari ke-4)..... | 48 |
| Lampiran 8 Recall 24 jam (Hari ke-5)..... | 50 |
| Lampiran 9 Dokumentasi Pengukuran Antropometri Pasien..... | 51 |
| Lampiran 10 Dokumentasi Wawancara Pasien Selama 5 Hari..... | 52 |
| Lampiran 11 Dokumentasi Makanan Pasien..... | 53 |
| Lampiran 12 Hasil Laboratorium..... | 54 |