

ABSTRAK

ZAFIRA MAYANDA. Gambaran Konsumsi Lemak dan Serat dengan Profil Lipid Penderita Penyakit Jantung Koroner (Studi Kasus). Dibimbing oleh Yessi Alza dan Hesti Atasasih

Penyakit Jantung Koroner (PJK) merupakan penyakit jantung dan pembuluh darah dimana dinding pembuluh darah menebal sehingga menyebabkan penyumbatan atau penyempitan pada pembuluh darah koroner dan menghambat aliran darah ke otot jantung. Asupan lemak yang tinggi dapat berpengaruh terhadap profil lemak darah (kolesterol total, HDL, LDL, trigliserida). Adapun minimal asupan lemak jenuh tidak boleh lebih dari 20% dari total kebutuhan energi harian. Faktor lainnya yang menjadi penyebab terjadinya penyakit jantung koroner yaitu kurangnya asupan sumber serat baik yang berasal dari sayur maupun buah-buahan. Oleh karena itu, penulis ingin gambaran konsumsi lemak dan serat dengan profil lipid pada penderita Penyakit Jantung Koroner. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan desain penelitian studi kasus (*case study*) dan bersifat deskriptif. Penelitian ini mengobservasi satu orang pasien penderita jantung koroner. Hasil penelitian menunjukkan dari metode wawancara *foodrecall* selama 5x24 jam didapatkan hasil rata-rata konsumsi lemak yaitu 59,76 gram dalam kategori tinggi, rata-rata konsumsi serat 9,26 gram dalam kategori kurang. Kadar profil lipid responden ialah kolesterol 164 mg/dL (kategori normal, trigliserida 135 mg/dL (kategori normal), *High Density Lipoprotein* (HDL) 43 mg/ dL (kategori normal) dan *Low Density Lipoprotein* (LDL) 94 mg/dL (kategori normal).

Kata Kunci : Penyakit Jantung Koroner, Konsumsi Lemak, Konsumsi Serat, Kadar Profil Lipid

ABSTRACT

ZAFIRA MAYANDA. Overview of Fat and Fiber with Lipid Profile of Coronary the Lipid Profile of Coronary Heart Disease Patients (Case Study). Supervised by Yessi Alza and Hesti Atasasih.

Coronary Heart Disease (CHD) is a cardiovascular condition where the walls of blood vessels thicken, leading to blockage or narrowing of the coronary arteries and impeding blood flow to the heart muscle. High fat intake can affect the blood lipid profile (total cholesterol, HDL, LDL, triglycerides). Saturated fat intake should not exceed 20% of the total daily energy requirement. Another factor contributing to coronary heart disease is the lack of fiber intake from both vegetables and fruits. Therefore, the author aims to describe fat and fiber consumption in relation to the lipid profile in patients with Coronary Heart Disease. This qualitative study employs a case study design and is descriptive in nature. The study observed a single patient with coronary heart disease. The results, based on a 5x24-hour food recall interview, showed an average fat consumption of 59,76 grams, categorized as high, and an average fiber consumption of 9,26 grams, categorized as low. The respondent's lipid profile levels were: cholesterol 164 mg/dL (normal category), triglycerides 135 mg/dL (normal category), *High Density Lipoprotein* (HDL) 43 mg/dL (normal category), and *Low Density Lipoprotein* (LDL) 94 mg/dL (normal category).

Keywords: Coronary Heart Disease, Fat Consumption, Fiber Consumption, Lipid Profile Levels