

**ASUPAN LEMAK, ASUPAN SERAT, DAN PROFIL LIPID
PADA PENDERITA PENYAKIT JANTUNG KORONER RAWAT
JALAN DI RSUD dr. RASIDIN PADANG (*CASE STUDY*)**

INDAH PUTRI NERI



**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTRIAN KESEHATAN RIAU
JURUSAN GIZI
PEKANBARU
2025**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang berjudul “Asupan Lemak, Asupan Serat, Dan Profil Lipid Pada Penderita Penyakit Jantung Koroner Rawat Jalan Di Rsud Dr. Rasidin Padang” 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.

Pekanbaru, 27 Mei 2025



Indah Putri Neri

P032213411101

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Tugas Akhir : "Asupan Lemak, Asupan Serat, Dan Profil Lipid Pada
Penderita Penyakit Jantung Koroner Rawat Jalan Di Rsud
Dr. Rasidin Padang"
Nama : Indah Putri Neri
NIM : P032213411101

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
Yessi Alza, SST, M.Biomed

Penguji 1
Alkausyari Aziz, SKM, M.Kes

Penguji 2
Yessi Marlina, S.Gz, MPH. Dietisien

Diketahui Oleh

Ketua Jurusan

Sri Mulyani, STP, M.Si
NIP. 197801232009122002

Tanggal Ujian : 28 Mei 2025

Tanggal Lulus:

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang senantiasa melimpahkan segala rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini yang diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada Program Diploma III Gizi Poltekkes Kemenkes Riau. Adapun judul dari tugas akhir ini “Asupan Lemak, Asupan Serat, Dan Profil Lipid Pada Penderita Penyakit Jantung Koroner Rawat Jalan Di Rsud Dr. Rasidin Padang”

Penyusunan tugas akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya pada program Studi Gizi. Selama proses penyusunan tugas akhir ini banyak mendapat bimbingan, arahan dan dukungan dari berbagai pihak, terkait dengan itu penulis mengucapkan terima kasih setulus-tulusnya kepada :

1. Rully Hevrialni,S.ST.,Bdn.,M.Keb.MH selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Riau
2. Yessi Alza, SST, M.Biomed selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga maupun pemikirannya untuk penulis dalam memberikan bimbingan untuk menyempurnakan dan menyelesaikan tugas akhir ini.
3. Alkausyari Aziz, SKM, M.Kes selaku dosen Penguji I yang telah memberikan masukan demi kesempurnaan proposal ini.
4. Yessi Alza, SST, M.Biomed selaku dosen Penguji II yang telah memberikan masukan demi kesempurnaan proposal ini.
5. Seluruh dosen Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau Yang telah mendidik dan memberikan ilmunya selama perkuliahan.
6. Teristimewa kepada orang tua dan saudara/i penulis yang telah memberi Do'a, kasih sayang serta dukungan kepada penulis.
7. Kepada semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan proposal ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam tugas akhir ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu berbagai saran dan kritik dari semua pihak merupakan masukan yang sangat berguna bagi penulis demi kesempurnaan proposal ini.

Pekanbaru, 27 Mei 2025

Indah Putri Neri

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
ABSTRAK.....	iii
ABSTRACT	v
PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA	vi
HALAMAN PENGUJI	viii
HALAMAN PENGESAHAN.....	xi
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
RIWAYAT HIDUP	xviii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan.....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian	3
1.4.1 Manfaat Teoritis	3
1.4.2 Manfaat Praktis.....	3
BAB II.....	5
TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Penyakit Jantung Koroner	5
2.1.1 Defenisi Penyakit Jantung Koroner.....	5
2.1.2 Patofisiologi Penyakit Jantung Koroner	5
2.1.3 Faktor Resiko Penyakit Jantung Koroner.....	6
2.1.4 Manifestasi Klinis Penyakit Jantung Koroner	7
2.1.5 Penatalaksanaan Penyakit Jantung Koroner	8

2.1.6	Penatalaksanaan Diet Jantung	9
2.2	Lemak	12
2.2.1	Definisi lemak	12
2.2.1	Fungsi lemak	12
2.2.2	Makanan sumber lemak.....	12
2.2.3	Anjuran asupan lemak	13
2.2.4	Konsumsi lemak dan profil lipid.....	14
2.2.5	Hubungan lemak dengan penyakit jantung koroner.....	14
2.3	Serat	15
2.3.1	Definsi	15
2.3.2	Karakteristik Serat	15
2.3.3	Fungsi serat	16
2.3.4	Makanan Sumber Serat.....	16
2.3.5	Anjuran Asupan Serat	17
2.3.6	Konsumsi Serat Dan Profil Lipid	18
2.3.7	Hubungan Serat Dengan Penyakit Jantung Koroner.....	18
2.4	Profil Lipid	18
BAB III		20
KERANGKA KONSEP DAN DEFENISI OPERASIONAL		20
3.1	Kerangka Konsep.....	20
3.2	Defenisi Operasional.....	20
BAB IV		22
METODOLOGI PENELITIAN		22
4.1	Jenis dan desain penelitian.....	22
4.2	Waktu dan tempat	22
4.3	Subjek penelitian	22
4.4	Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	22
4.4.1	Data primer	22
4.4.2	Data sekunder	23
4.5	Pengolahan dan Analisis Data.....	23
4.5.1	Pengolahan data.....	23
4.5.2	Analisis data	24
BAB V		25
HASIL DAN PEMBAHASAN		25

5.1	Gambaran Lokasi Penelitian	25
5.2	Identitas Responden	25
5.3	Riwayat Gizi (<i>Dietary History</i>)	27
5.4	Asupan Lemak Responden	27
5.5	Asupan Serat Responden	30
5.6	Profil Lipid Responden	31
BAB VI		33
KESIMPULAN DAN SARAN		36
6.1	Kesimpulan	36
6.2	Saran	36
DAFTAR PUSTAKA		37
LAMPIRAN		37

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Bahan makanan dianjurkan dan tidak dianjurkan	11
Tabel 2. Makanan sumber lemak	13
Tabel 3 Makanan Sumber Serat.....	17
Tabel 4 Definisi Operasional.....	20
Tabel 5 Identitas Responden.....	25
Tabel 6 Asupan Lemak Responden	28
Tabel 7 Asupan Serat Responden	30
Tabel 8 Kadar Profil Lipid	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Patofisiologi Penyakit Jantung Koroner	6
--	----------

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pernyataan Persetujuan Respoden.....	37
Lampiran 2 Perhitungan Kebutuhan Tn. M.....	38
Lampiran 3 Data Kadar Profil Lipid.....	39
Lampiran 4 Format Food Recall 1x24 jam.....	40
Lampiran 5 Recall 24 jam day-1.....	41
Lampiran 6 Recall 24 jam day-2.....	42
Lampiran 7 Recall 24 jam day-3.....	43
Lampiran 8 Recall 24 jam day-4.....	44
Lampiran 9 Dokumentasi wawancara pasien.....	45
Lampiran 10 Dokumentasi pengukuran antropometri pasien.....	45