



TUGAS AKHIR

**Gambaran Kebiasaan Makan dan Status
Gizi Pasien Jantung Aterosklerosis
di Rumah Sakit Ciremai Cirebon**

Alifia Yunita

P2.06.31.2.22.044

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI CIREBON

**JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**



TUGAS AKHIR

**Gambaran Kebiasaan Makan dan Status
Gizi Pasien Jantung Aterosklerosis
di Rumah Sakit Ciremai Cirebon**

Alifia Yunita

P2.06.31.2.22.044

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI CIREBON

JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2025

HALAMAN PERSETUJUAN

Tugas Akhir dengan judul

**"Gambaran Kebiasaan Makan dan Status Gizi Pasien Jantung
Aterosklerosis di Rumah Sakit Ciremai Cirebon"**

Disusun oleh :

Alifia Yunita

NIM.P2.06.31.2.22.044

Pembimbing



Isnar Nurul Alfiyah, S.Gz., M.Gizi

NIP 19900642019022001

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir dengan judul

"Gambaran Kebiasaan Makan dan Status Gizi Pasien Jantung Aterosklerosis di Rumah Sakit Ciremai Cirebon"

Disusun oleh :

Nama : **ALIFIA YUNITA**

NIM : P2.06.31.2.22.044

Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji pada tanggal 16 Mei 2025 dan dilakukan revisi sesuai saran Dewan Penguji

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji
Isnar Nurul Alfiah, S.Gz., M.Gizi
NIP 19900642019022001

(.....)

Penguji I
Toni Andri, SST
NIP 1511033

(.....)

Penguji II
Yanita Listianasari, SST., M.Gizi
NIP 19910130201902200

(.....)

Mengetahui

Program Studi D III Gizi Cirebon

Ketua



Dr. Hj. Wiwit Estuti, S.TP, M.Si

NIP.19680418199312001

Gambaran Kebiasaan Makan dan Status Gizi Pasien Jantung Aterosklerosis Di Rumah Sakit Ciremai Cirebon

Alifia Yunita¹, Isnar Nurul Alfiyah²

INTISARI

Penyakit jantung aterosklerosis adalah kondisi di mana terjadi penyumbatan pembuluh darah akibat penumpukan plak yang terdiri dari kolesterol, lemak, dan zat lainnya di dinding arteri. Proses ini terjadi secara bertahap dan berkaitan erat dengan gaya hidup seperti pola makan tinggi lemak, kurang aktivitas fisik, dan merokok. Dari data WHO Pada tahun 2023, penyakit jantung masih menjadi penyebab kematian tertinggi di dunia. akibat penyakit jantung mencapai angka 17,9 juta kematian atau satu dari tiga kematian di dunia setiap tahun.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Kebiasaan Makan dan Status Gizi Pasien Jantung Aterosklerosis Di Rumah Sakit Ciremai Cirebon. Penelitian yang dilaksanakan adalah jenis penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional* karena dalam pengumpulan data variabel bebas dan variabel terikat dilakukan sekali pada waktu yang bersamaan.

Gambaran Kebiasaan Makan dan Status Gizi Pasien Jantung Aterosklerosis Di Rumah Sakit Ciremai Cirebon menunjukkan sebagian besar responden memiliki asupan sumber energi, protein lemak dan karbohidrat dalam kategori cukup hingga lebih. Untuk Status Gizi responden banyak ditemukan status gizi lebih sebanyak 54%, terbanyak kedua dalam status gizi normal 39% dan sisanya dalam status gizi kurus 7%.

Kata Kunci : Kebiasaan Makan, Status Gizi, Penyakit Jantung Aterosklerosis

1. Mahasiswa Program Studi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
2. Dosen Program Studi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

KATA PENGANTAR

Penulis ucapkan puji dan syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat, sampai akhirnya penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul "Gambaran Kebiasaan Makan dan Status Gizi Pasien Jantung Aterosklerosis di Rumah Sakit Ciremai Kota Cirebon". Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah limpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW.

Penulis banyak mendapatkan bimbingan, dorongan, bantuan dan semangat dari berbagai pihak dalam penyusunan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Dr. Hj. Wiwit Estusti, STP., M.Si selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Ibu Isnar Nurul Alfiyah, S.Gz., M.Gizi selaku dosen pembimbing Tugas Akhir Program Studi DIII Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang sangat membimbing dan memberikan arahan kepada penulis selama penulisan Tugas Akhir ini.
3. Kepada dosen penguji 1 Bapak Toni Andri, SST dan Penguji 2 Ibu Yanita Listianasari, SST., M.Gizi yang telah memberikan waktu, bimbingan dan arahan kepada penulis.
4. Semua dosen dan staff Program Studi DIII Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah banyak memberikan ilmunya kepada peneliti.
5. Seluruh pihak terkait di Rumah Sakit Ciremai yang membantu proses pengambilan data dasar.
6. Kepada keluarga tercinta, Bapa, Mamah, adik dan segenap keluarga yang tidak pernah berhenti mendoakan serta memberikan kekuatan dan dukungan moril maupun materil. Penulis berharap apa yang telah dicapai melalui karya ini dapat menjadi wujud kecil dari usaha untuk membalas kebaikan dan cinta kalian, serta menjadi kebanggaan bagi keluarga tercinta.
7. Kepada delapan orang sahabat luar biasa selama kuliah Berlianda Marwah, Ririn Regina, Risya Rizki, Argedis Diva, Anindhya Dwi, Marsha Fameltha, Putri Andini dan Resti Dwi yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan selama masa kuliah. Terima kasih atas kebersamaan, tawa, dukungan, dan semangat yang tak ternilai harganya. Senang mengenal

kalian selama masa kuliah yang cukup berat ini. Semoga persahabatan ini tetap terjaga, dan kesuksesan selalu menyertai langkah kita masing-masing.

8. Kepada teman bimbingan Tugas Akhir Argedis Diva dan Ratu Selma yang telah menjadi tempat bertukar pikiran, saling menyemangati dan selalu bersama dalam proses naik-turun selama menyelesaikan Tugas Akhir ini hingga selesai.
9. Kepada teman dekat Ariika, Teh Zahra, Aida, Ica, Leni, Reza, Ririn, dan Susan.
10. Teman kelas B yang telah mendukung dan banyak membantu penulis.
11. Teman-teman seperjuangan DIII Gizi Angkatan 13 yang tidak bisa disebutkan satu persatu namanya yang sudah berjuang sama-sama.
12. Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada pihak terkhusus yang telah memberikan ide serta banyak memberikan motivasi dan kebersamaan penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini masih terdapat kekurangan. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dan menambah wawasan pembaca.

Cirebon, Mei 2025

Alifia Yunita

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
INTISARI.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
1. Rumah Sakit Ciremai	5
2. Program Studi DIII Gizi Cirebon.....	5
3. Responden.....	5
4. Peneliti	6
BAB II TINJAUAN TEORI.....	7
A. Penyakit Jantung Aterosklerosis.....	7
1. Pengertian Penyakit jantung Aterosklerosis.....	7
2. Patofisiologi Penyakit Jantung Aterosklerosis.....	8
3. Etiologi Penyakit Jantung Aterosklerosis	11

4. Gejala Penyakit Jantung Aterosklerosis.....	11
B. Penyebab Penyakit Jantung Aterosklerosis	13
1. Status Gizi.....	13
2. Dislipidemia.....	15
3. Hipertensi.....	15
C. Faktor Resiko Penyakit Jantung Aterosklerosis	16
1. Faktor yang Tidak Dapat diubah.....	16
2. Faktor yang Dapat Diubah	18
D. Terapi Penyakit jantung Aterosklerosis	23
1. Terapi Farmakologis	23
2. Terapi Non Farmakologis.....	25
KERANGKA TEORI.....	27
KERANGKA KONSEP	28
BAB III METODE PENELITIAN.....	29
A. Jenis Penelitian	29
B. Waktu dan Tempat Penelitian	29
1. Waktu Penelitian	29
2. Tempat Penelitian.....	29
C. Populasi dan Sampel.....	29
1. Populasi.....	29
2. Sampel.....	29
D. Variabel dan Definisi Operasional.....	31
1. Variabel	31
2. Definisi Operasional	32
E. Teknik Pengumpulan Data.....	33
1. Jenis Data	33

2. Cara Pengumpulan Data	33
3. Instrument Penelitian	35
F. Pengolahan dan Analisis Data	35
1. Teknik Pengolahan Data	35
2. Teknik Analisis Data	36
G. Jalan Penelitian.....	37
1. Tahap Persiapan	37
2. Tahap Pelaksanaan	38
3. Tahap Akhir.....	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	39
A. Hasil.....	39
1. Gambaran Umum Rumah Sakit Ciremai	39
2. Karakteristik Responden Penyakit Jantung	40
3. Faktor Resiko Responden Penyakit Jantung.....	43
4. Distribusi Frekuensi dan Analisis Secara Deskriptif Asupan Gizi Berdasarkan Kebiasaan Makan	44
5. Distribusi Frekuensi dan Analisis Secara Deskriptif Status Gizi.....	63
B. Pembahasan	64
1. Gambaran Kebiasaan Makan Responden	64
2. Gambaran Status Gizi Responden	69
BAB V PENUTUP.....	71
A. Kesimpulan.....	71
B. Saran	72
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN.....	77

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional	32
Tabel 2 Karakteristik Usia Responden	40
Tabel 3 Karakteristik Jenis Kelamin	41
Tabel 4 Karakteristik Pekerjaan	41
Tabel 5 Karakteristik Agama	42
Tabel 6 Karakteristik Domisilli	42
Tabel 7 Faktor Resiko Penyakit Jantung	43
Tabel 8 Kebiasaan Makan Sumber Energi	44
Tabel 9 Sumber Energi Berdasarkan Jenis Kelamin	44
Tabel 10 Sumber Energi Berdasarkan Usia	45
Tabel 11 Sumber Energi Berdasarkan Domisili	46
Tabel 12 Sumber Energi Berdasarkan Agama	47
Tabel 13 Sumber Energi Berdasarkan Pekerjaan	47
Tabel 14 Sumber Energi Berdasarkan Penyakit Lain	48
Tabel 15 Kebiasaan Makan Sumber Protein	49
Tabel 16 Sumber Protein Berdasarkan Jenis Kelamin	49
Tabel 17 Sumber Protein Berdasarkan Usia	50
Tabel 18 Sumber Protein Berdasarkan Domisili	51
Tabel 19 Sumber Protein Berdasarkan Agama	51
Tabel 20 Sumber Protein Berdasarkan Pekerjaan	52
Tabel 21 Sumber Protein Berdasarkan Penyakit Lain	53
Tabel 22 Kebiasaan Makan Sumber Lemak	54
Tabel 23 Sumber Lemak Berdasarkan Jenis Kelamin	54
Tabel 24 Sumber Lemak Berdasarkan Usia	55
Tabel 25 Sumber Lemak Berdasarkan Domisili	56
Tabel 26 Sumber Lemak Berdasarkan Agama	56
Tabel 27 Sumber Lemak Berdasarkan Pekerjaan	57
Tabel 28 Sumber Lemak Berdasarkan Penyakit Lain	58
Tabel 29 Kebiasaan Makan Sumber Karbohidrat	58
Tabel 30 Sumber Karbohidrat Berdasarkan Jenis Kelamin	59
Tabel 31 Sumber Karbohidrat Berdasarkan Usia	60
Tabel 32 Sumber Karbohidrat Berdasarkan Domisili	60
Tabel 33 Sumber Karbohidrat Berdasarkan Agama	61
Tabel 34 Sumber Karbohidrat Berdasarkan Pekerjaan	62
Tabel 35 Sumber Karbohidrat Berdasarkan Penyakit Lain	63
Tabel 36 Distribusi Frekuensi Status Gizi	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori	27
Gambar 2 Kerangka Konsep	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Data Awal Penelitian	78
Lampiran 2 Naskah Penjelasan Penelitian	79
Lampiran 3 Naskah Persetujuan Responden	80
Lampiran 4 Form Identitas Responden	81
Lampiran 5 Form Semi Quantitatif-Food Frequency Questionare	82
Lampiran 6 Dokumentasi Umum	83