



Kemenkes
Poltekkes Tasikmalaya

LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**GAMBARAN ASUPAN LEMAK JENUH, SERAT DAN STATUS
GIZI PADA PASIEN PENYAKIT JANTUNG KORONER (PJK)
RAWAT JALAN DI RUMAH SAKIT JASA KARTINI KOTA
TASIKMALAYA**

Disusun Oleh:

DINDA EKKA RUSMANA
NIM P2.06.31.1.22.050

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025



**Gambaran Asupan Lemak Jenuh, Serat dan Status Gizi pada Pasien
Penyakit Jantung Koroner (PJK) Rawat Jalan di Rumah Sakit Jasa Kartini
Kota Tasikmalaya**

Dinda Ekka Rusmana

INTISARI

Di Indonesia, berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2019 menunjukkan data sebesar 1,5% penduduk Indonesia mengidap PJK. Di Jawa Barat prevalensi penyakit jantung berada di atas rata-rata nasional pada tahun 2018 yaitu sebesar 1,6%. Menurut Profil Kesehatan Kota Tasikmalaya pada tahun 2018, penyakit jantung di Tasikmalaya menduduki peringkat ke tiga dari tujuh penyakit tidak menular terbanyak dengan data 1,1% kasus adalah PJK. Asupan Lemak Jenuh yang berlebihan meningkatkan risiko aterosklerosis yang memicu PJK. Asupan serat bisa menurunkan kadar kolesterol total dan meningkatkan kadar HDL darah. Obesitas menjadi faktor predisposisi terjadinya PJK. Asupan serat bisa menurunkan kadar kolesterol total dan meningkatkan kadar HDL darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Asupan Lemak Jenuh, Serat dan Status Gizi pada Pasien Penyakit Jantung Koroner di Rumah Sakit Jasa Kartini. Jenis penelitian merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien PJK di Rumah Sakit Jasa Kartini berjumlah 30 responden. Pengambilan data dilakukan dengan metode *consecutive sampling*. Pengumpulan data primer dilakukan dengan cara wawancara langsung menggunakan *form food recall* dan FFQ dan pengukuran langsung menggunakan *height weight scale*. Sebagian besar responden adalah laki-laki sebesar 63,33% dalam rentang usia 50-80 tahun sebesar 93,34% tingkat pendidikan di dominasi SD sebesar 50% dan kebanyakan sudah tidak bekerja 53,3%. Asupan lemak jenuh berlebih sebesar 33,33%, baik 53,33% dan kurang 13,34%, sedangkan asupan serat 90% kurang dan 10% baik, untuk status gizi 53,33% normal, 30% obesitas, 13,34% overweight dan 3,33% kurang.

Kata kunci : Penyakit Jantung Koroner, Lemak Jenuh, Serat, Status Gizi

ABSTRACT

DINDA EKKA RUSMANA. Overview of Saturated Fatty Acid Intake, Fiber and Nutritional Status in patients with coronary heart disease at Jasa Kartini Hospital. Under Supervision of YANITA LISTIANASARI

In Indonesia, based on the results of the Basic Health Research in 2019, data shows that 1.5% Indonesians have CAD. In West Java, the prevalence of heart disease was above the national average in 2018 at 1.6%. According to the Tasikmalaya City Health Profile in 2018, heart disease in Tasikmalaya ranked third out of the seven most common non-communicable diseases with 1.1% CAD. Excessive intake of saturated fat increases the risk of atherosclerosis which triggers CAD. Fiber intake can reduce total cholesterol levels and increase blood HDL levels. Obesity is a predisposing factor for CAD. Fiber can reduce total cholesterol levels and increase blood HDL levels. This study aims to determine the intake of saturated fat, fiber and nutritional status in CAD patients at Jasa Kartini Hospital. The type of research is quantitative descriptive research. The population in this study were CAD patients at Jasa Kartini Hospital, totaling 30 respondents. Data collection was done by consecutive sampling method. Primary data collection was carried out by means of direct interviews using food recall and FFQ forms and direct measurement using a height weight scale. Most of the respondents were male by 63.33% in the age range of 50-80 years by 93.34% the education level was dominated by elementary school by 50% and most of them were not working 53.3%. Excess saturated fat intake was 33.33%, good 53.33% and less 13.34%, while fiber intake was 90% less and 10% good, for nutritional status 53.33% normal, 30% obese, 13.34% overweight and 3.33% less.

Keywords: Coronary Heart Disease, Saturated Fat, Fiber, Nutritional Status

KATA PENGANTAR

Puji beserta syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan Laporan Akhir dengan judul “Gambaran Asupan Lemak Jenuh, Serat dan Status Gizi pada Pasien Penyakit Jantung Koroner (PJK) di Rumah Sakit Jasa Kartini Kota Tasikmalaya”. Penulis menyadari dalam pengerjaan Laporan Tugas Akhir ini mendapatkan banyak bantuan dari banyak pihak sehingga penulis berterima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep. Ners, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Sumarto, MP selaku Ketua Jurusan Gizi dan Ketua Program Studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Yanita Listianasari, S.ST, M.Gz dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan dan masukan dalam penyusunan tugas akhir.
4. Seluruh Dosen dan Staf Program Studi Diploma Tiga Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
5. Kedua orang tua, kakak, adik dan keluarga tercinta yang senantiasa memberikan dukungan, dalam pengerjaan tugas akhir ini.
6. Sahabat dan teman-teman mahasiswa Program Studi Diploma Tiga Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

Penulis telah berusaha maksimal dalam pengerjaan laporan tugas akhir ini, tetapi penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan baik dalam penyusunan ataupun penulisan, oleh karena itu penulis dengan senang hati menerima kritik dan saran yang bersifat membangun untuk penulis agar bisa menjadi lebih baik lagi untuk kedepannya.

Penulis berharap Laporan tugas akhir ini dapat menjadi acuan bagi penulis berikutnya dalam menyusun Proposal Tugas Akhir. Selain itu penulis berharap Laporan Tugas Akhir ini memberikan manfaat kepada pembaca, dan khususnya untuk penulis.

Tasikmalaya,
Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH.....	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ..	Error! Bookmark not defined.
INTISARI.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	2
C. Tujuan	2
D. Manfaat Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
A. Tinjauan Teori	4
B. Kerangka Teori.....	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
A. Jenis Penelitian	21
B. Waktu dan Tempat Penelitian	21
C. Populasi dan Sampel	21
D. Variabel dan Definisi Operasional.....	22
E. Teknik Pengumpulan Data	23
F. Pengolahan dan Analisis Data	25
G. Jalannya Penelitian.....	27
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	29
A. HASIL	29

B. Pembahasan	37
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	43
A. SIMPULAN.....	43
B. SARAN	43
DAFTAR PUSTAKA.....	45
LAMPIRAN	55

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Angka Kecukupan Lemak yang Dianjurkan.....	13
Tabel 2. Bahan Makanan Sumber Lemak Jenuh	13
Tabel 3. Klasifikasi komponen serat pangan berdasarkan kelarutan air	15
Tabel 4. Kecukupan Serat	15
Tabel 5. Bahan Makanan Sumber Serat	16
Tabel 6. Definisi Operasional.....	23
Tabel 7. Instrumen Penelitian.....	25
Tabel 8. Karakteristik Jenis Kelamin pada Pasien Penyakit Jantung Koroner Rawat Jalan di Rumah Sakit Jasa Kartini Tasikmalaya.....	30
Tabel 9. Karakteristik Usia pada Pasien Penyakit Jantung Koroner Rawat Jalan di Rumah Sakit Jasa Kartini Tasikmalaya	30
Tabel 10. Karakteristik Pendidikan pada Pasien Penyakit Jantung Koroner Rawat Jalan di Rumah Sakit Jasa Kartini Tasikmalaya.....	31
Tabel 11. Karakteristik Pekerjaan pada Pasien Penyakit Jantung Koroner Rawat Jalan di Rumah Sakit Jasa Kartini Tasikmalaya.....	31
Tabel 12. Asupan Lemak Berdasarkan <i>Food Recall</i> 2 x 24 Jam pada Pasien Penyakit Jantung Koroner Rawat Jalan di Rumah Sakit Jasa Kartini	32
Tabel 13. Frekuensi Konsumsi Makanan Sumber Lemak Jenuh	32
Tabel 14. Asupan Serat berdasarkan Food Recall 2 x 24 Jam pada Pasien Penyakit Jantung Koroner Rawat Jalan di Rumah Sakit Jasa Kartini.....	33
Tabel 15. Frekuensi Konsumsi Makanan Sumber Serat	34
Tabel 16. Status Gizi Pasien Penyakit Jantung Koroner di Rumah Sakit Jasa Kartini Tasikmalaya.....	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	20
------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. *Informed Consent* (IC) dan Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP)

Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian

Lampiran 3. Formulir *Food Recall* 2x24 jam

Lampiran 4. Formulir *Food Frequency Questioner* (FFQ)

Lampiran 5. Master Tabel

Lampiran 6. Kegiatan Penelitian

Lampiran 7. Biodata Penulis