

**TINGKAT KONSUMSI LEMAK DAN SERAT DENGAN  
PROFIL LIPID PADA PENDERITA PENYAKIT JANTUNG  
KORONER RAWAT JALAN DI RSUP SANGLAH DENPASAR**



Oleh :

**NI PUTU ANGGUN YUNITA JAYANTI**  
**NIM. P07131214017**

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI DIPLOMA IV  
DENPASAR  
2018**



**TINGKAT KONSUMSI LEMAK DAN SERAT DENGAN PROFIL  
LIPID PADA PENDERITA PENYAKIT JANTUNG KORONER  
RAWAT JALAN DI RSUP SANGLAH DENPASAR**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Menyelesaikan Pendidikan Diploma IV Jurusan Gizi  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

**Oleh :**

**NI PUTU ANGGUN YUNITA JAYANTI**

**NIM. P07131214017**

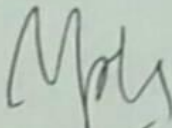
**KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI DIPLOMA IV  
DENPASAR  
2018**

LEMBAR PERSETUJUAN

TINGKAT KONSUMSI LEMAK DAN SERAT DENGAN  
PROFIL LIPID PADA PENDERITA PENYAKIT JANTUNG  
KORONER RAWAT JALAN DI RSUP SANGLAH DENPASAR

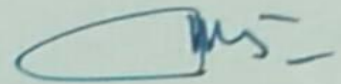
TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,



G.A Dewi Kujumayanti, DCN., M.Kes  
NIP. 19660426198903 2 003

Pembimbing Pendamping,



Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes  
NIP.19670316199003 2 002

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes  
NIP.19670316199003 2 002

**SKRIPSI DENGAN JUDUL :**  
**TINGKAT KONSUMSI LEMAK DAN SERAT DENGAN**  
**PROFIL LIPID PADA PENDERITA PENYAKIT JANTUNG**  
**KORONER RAWAT JALAN DI RSUP SANGLAH DENPASAR**

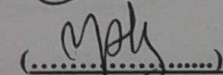
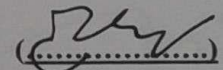
**TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI**

**PADA HARI : Senin**

**TANGGAL : 9 Juli 2018**

**TIM PENGUJI :**

1. Lely Cintari, SST., MP (Ketua)
2. G.A Dewi Kusumayanti, DCN., M.Kes (Anggota)
3. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes (Anggota)



**Mengetahui**

**Ketua Jurusan Gizi**

**Polteknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**



**Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes**  
**NIP. 19670316199003 2 002**

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Putu Anggun Yunita Jayanti  
NIM : P07131214017  
Program Studi : Diploma IV  
Jurusan : Gizi  
Tahun Akademik : 2014  
Alamat : Jl. Pesagi No 109 Amlapura

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas Akhir dengan judul “Tingkat Konsumsi Lemak Dan Serat Dengan Profil Lipid Pada Penderita Penyakit Jantung Koroner Rawat Jalan Di RSUP Sanglah Denpasar “adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai peraturan mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 9 Juli 2018



Yang membuat pernyataan

Ni Putu Anggun Yunita Jayanti

NIM.P07131214017

# TINGKAT KONSUMSI LEMAK DAN SERAT DENGAN PROFIL LIPID PADA PENDERITA PENYAKIT JANTUNG KORONER RAWAT JALAN DI RSUP SANGLAH DENPASAR

## ABSTRAK

Penyakit Jantung Koroner adalah gangguan fungsi jantung akibat otot jantung kekurangan darah karena adanya penyempitan pembuluh darah coroner. Perubahan pola makan yang mengarah ke makanan siap saji tinggi lemak jenuh, protein, dan garam tetapi rendah serat pangan dapat menyebabkan berkembangnya risiko Penyakit Jantung Koroner. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat konsumsi lemak dan serat dengan profil lipid pada penderita penyakit jantung koroner rawat jalan di RSUP Sanglah Denpasar. Penelitian ini menggunakan metode observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel yang digunakan adalah 86 pasien penyakit jantung koroner rawat jalan yang berusia 20-65 tahun. Pengambilan sampel menggunakan *consecutive sampling*. Data asupan lemak dan serat diperoleh melalui Form *Recall* 24 Jam. Data kadar profil lipid diperoleh dari catatan rekam medic pasien. Uji statistik yang digunakan adalah *Uji Spearman*. Sebagian besar sampel dengan tingkat konsumsi lemak tidak baik 24,4%. Sampel dengan tingkat konsumsi serat tidak baik 99%. Sampel dengan kadar kolesterol normal 66,7%, trigliserida normal 65,1%, HDL normal 1,2%, LDL normal 75,6%. Uji statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan bermakna antara tingkat konsumsi lemak dengan profil lipid kolesterol ( $p= 0,916$ ), HDL ( $p= 0,186$ ), LDL ( $p= 0,502$ ), dan terdapat hubungan bermakna dengan trigliserida ( $p= 0,017$ ). Tidak ada hubungan bermakna antara tingkat konsumsi serat dengan profil lipid kolesterol ( $p= 0,955$ ), trigliserida ( $p= 0,580$ ), HDL ( $p= 0,540$ ), LDL ( $p= 0,911$ ). Tidak ada hubungan bermakna antara tingkat konsumsi lemak dan serat dengan profil lipid pada penderita penyakit jantung coroner rawat jalan di RSUP Sanglah Denpasar.

Kata kunci : tingkat konsumsi lemak, tingkat konsumsi serat, profil lipid , penyakit jantung coroner.

**LEVEL OF FAT AND FIBER CONSUMPTION WITH LIPID PROFILE IN  
CORONARY HEART DISEASE OUTPATIENTS AT SANGLAH HOSPITAL  
DENPASAR**

**ABSTRACT**

*Coronary Heart Disease is a disorder of heart function due to heart muscle deficiency due to coronary vessel constriction. Dietary changes leading to fast food high in saturated fat, protein, and salt but low in dietary fiber may lead to the risk factor for Coronary Heart Disease. This study aims to determine the relationship between fat and fiber consumption level with lipid profile in patients with outpatient coronary heart disease at RSUP Sanglah Denpasar. This research uses cross-sectional design. The sample used was 86 patients with outpatient coronary heart disease aged 20-65 years. Sampling technique used consecutive sampling. Fat and fiber intake data were obtained through 24 Hour Recall Form technique. Data of lipid profile was obtained from medical record patient. The statistic test used Spearman Tests. Most sample with fat consumption level were not good 24.4%. Sample with fiber consumption level were not good 99%. Respondent with normal cholesterol level 66,7%, normal triglyceride 65,1%, normal HDL 1,2%, normal LDL 75,6%. Statistic test showed that there was no significant relationship between fat consumption level lipid cholesterol profiles ( $p = 0,916$ ), HDL ( $p = 0,816$ ), LDL ( $p = 0,502$ ), and there was a significant association with triglycerides ( $p = 0.017$ ). There was no significant association between fiber consumption level and lipid cholesterol profile ( $p = 0.955$ ), triglycerides ( $p = 0,580$ ), HDL ( $p = 0,540$ ), LDL ( $p = 0.911$ ). There was no significant association between fat and fiber consumption level with lipid profile in coronary heart disease patients at Sanglah Hospital Denpasar.*

**Keywords:** *fat consumption level, fiber consumption level, lipid profile, coronary heart disease*



## **RINGKASAN PENELITIAN**

### **Tingkat Konsumsi Lemak dan Serat Dengan Profil Lipid Pada Penderita Penyakit Jantung Koroner Di RSUP Sanglah Denpasar**

**Oleh : Ni Putu Anggun Yunita Jayanti (P07131214017)**

Penyakit jantung koroner merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya meningkat dari tahun ke tahun di masyarakat. Penyakit Jantung Koroner adalah gangguan fungsi jantung akibat otot jantung kekurangan darah karena adanya penyempitan pembuluh darah koroner. Perubahan pola makan yang mengarah ke makanan siap saji tinggi lemak jenuh, protein, dan garam tetapi rendah serat pangan dapat menyebabkan berkembangnya dislipidemia sebagai salah satu faktor resiko meningkatkan penyakit jantung koroner. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat konsumsi lemak dan serat dengan profil lipid pada penderita penyakit jantung koroner rawat jalan di RSUP Sanglah Denpasar.

Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian observasional dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah pasien penyakit jantung koroner yang berusia 20 – 65 tahun dan memiliki data profil lipid. Penelitian ini dilaksanakan di Poli PJT RSUP Sanglah Denpasar pada bulan Mei 2018. Jenis data pada penelitian ini adalah data primer yang meliputi identitas sampel, tingkat konsumsi lemak, tingkat konsumsi serat. Data sekunder yang meliputi kadar profil lipid sampel, berat badan, tinggi badan, dan gambaran umum Profil RSUP Sanglah Denpasar.

Berdasarkan tingkat konsumsi lemak diketahui sebesar 24,4% sampel berada pada kategori baik dan 75,6% berada pada kategori tidak baik, sedangkan tingkat konsumsi serat diketahui sebesar 1% sampel berada pada kategori tidak baik dan 99% berada pada kategori tidak baik. Berdasarkan data rekam medik profil lipid diketahui, sebesar 84,9% sampel memiliki kadar kolesterol normal dan 15,1% sampel memiliki kadar kolesterol tinggi, untuk trigliserida diketahui sebesar 65,1% sampel memiliki kadar trigliserida normal dan 34,9% memiliki kadar trigliserida tinggi. HDL diketahui

1,2% sampel memiliki kadar HDL tinggi dan 98,8% memiliki kadar HDL rendah. LDL diketahui 75,6% memiliki kadar LDL normal dan 24,4% memiliki kadar LDL tinggi.

Berdasarkan hasil analisis hubungan antara tingkat konsumsi lemak dengan profil lipid pada kolesterol ( $r = -0,012$ ,  $p = 0,916$ ), HDL ( $r = -0,144$ ,  $p = 0,186$ ), dan LDL ( $r = -0,073$ ,  $p = 0,502$ ) mempunyai hubungan tidak searah dengan kekuatan korelasi sangat lemah, nilai  $p > 0,05$  menunjukkan bahwa tidak ada hubungan bermakna. Sedangkan trigliserida ( $r = 0,0257$ ,  $p = 0,017$ ) diperoleh hasil hubungan searah dengan kekuatan korelasi lemah, nilai  $p < 0,05$  berarti terdapat hubungan yang bermakna. Berdasarkan hasil analisis hubungan antara tingkat konsumsi serat dengan profil lipid pada kolesterol ( $r = 0,086$ ,  $p = 0,955$ ), trigliserida ( $r = 0,061$ ,  $p = 0,580$ ), LDL ( $r = 0,012$ ,  $p = 0,911$ ) mempunyai hubungan searah dengan kekuatan korelasi sangat lemah, nilai  $p > 0,05$  menunjukkan bahwa tidak ada hubungan bermakna. Sedangkan HDL ( $r = -0,067$ ,  $p = 0,540$ ) diperoleh hasil hubungan tidak searah dengan kekuatan korelasi lemah, nilai  $p < 0,05$  berarti tidak terdapat hubungan yang bermakna.

Diharapkan tetap mempertahankan anjuran diet untuk konsumsi lemak, khususnya lemak tak jenuh yang dapat diperoleh dari mengkonsumsi buah alpukat, bayam, labu, susu kedelai dan memperbanyak konsumsi buah dan sayur agar dapat mempertahankan kadar profil lipid dalam batas normal selain ditunjang oleh konsumsi obat – obatan dan untuk konsumsi serat diharapkan untuk dapat meningkatkan konsumsi serat/hari ini dapat dilakukan dengan mengkonsumsi bahan makanan yang mengandung serat larut air seperti terdapat pada sayuran hijau, buah – buahan, dan kacang – kacang untuk mencegah adanya komplikasi dari penyakit utama.

Daftar Bacaan : 62 (1991 – 2017)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat dan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul :“Tingkat Konsumsi Lemak dan Serat Dengan Profil Lipid Pada Penderita Penyakit Jantung Koroner Rawat Jalan di RSUP Sanglah Denpasar”. Dalam menyelesaikan skripsi ini penulis banyak mendapat arahan, baik bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih yang tulus dan sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu G.A Dewi Kusumayanti, DCN.,M.Kes selaku pembimbing utama yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing dan mengarahkan penulis dalam menyusun skripsi.
2. Ibu Ni Komang Wiardani, SST.,M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing dan mengarahkan penulis dalam menyusun skripsi.
3. Direktur Poltekkes Denpasar yang telah memberikan izin, kesempatan dalam penyelesaian dan membantu kelancaran skripsi ini. Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan, dorongan, dan membantu kelancaran skripsi ini. Ketua Prodi Diploma IV Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar atas izinnya pada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Para dosen dan staf Jurusan Gizi yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi dan telah memberi dukungan selama penyusunan skripsi ini.
5. Keluarga dan teman – teman di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah banyak membantu dan memberikan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan penulisan, sehingga Skripsi ini dapat dijadikan panduan dalam penelitian selanjutnya.

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
RINGKASAN PENELITIAN .....	vii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Penyakit Jantung Koroner .....	8
B. Penatalaksanaan Penyakit Jantung Koroner.....	16
C. Profil Lipid Serum.....	18
D. Tingkat Konsumsi .....	29

E. Lemak.....	33
F. Serat .....	37
G. Hubungan Antara Konsumsi Lemak dan Profil Lipid .....	42
H. Hubungan Antara Konsumsi Serat dan Profil Lipid .....	43
BAB III KERANGKA KONSEP .....	45
A. Kerangka Konsep .....	45
B. Definisi Operasional.....	47
C. Hipotesis.....	49
BAB IV METODE PENELITIAN .....	50
A. Jenis Penelitian.....	50
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	50
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	51
D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	53
E. Pengolahan dan Analisis Data.....	54
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	58
A. Hasil Penelitian .....	58
B. Pembahasan .....	70
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	78
A. Simpulan .....	78
B. Saran.....	79
DAFTAR PUSTAKA .....	81
LAMPIRAN.....	87

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Kadar Lemak Beberapa Jenis Bahan Makanan.....	37
2. Kandungan Serat Berbagai Bahan Makanan .....	95
3. Klasifikasi Lipoprotein Berdasarkan Densitas .....	19
4. Angka Total Kolesterol .....	21
5. Ambang Batas Triglicerida Dalam Darah.....	22
6. Angka HDL Kolesterol .....	23
7. LDL Kolesterol .....	25
8. Sebaran Karakteristik Sampel Berdasarkan Demografi.....	60
9. Sebaran Karakteristik Sampel Berdasarkan Profil Lipid .....	64
10. Kadar Profil Lipid Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Lemak .....	66
11. Kadar Profil Lipid Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Serat .....	68

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konsep .....	45
2. Sebaran Tingkat Konsumsi Lemak Sampel .....	62

3. Sebaran Tingkat Konsumsi Serat Sampel.....	63
---	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Keterangan Laik Etik ( <i>Ethical Clearance</i> ) .....	88
2. Surat Izin Penelitian .....	89
3. Surat Pernyataan Kesiediaan Menjadi Sampel Penelitian .....	90
4. Identitas Sampel .....	93
5. Form <i>Recall</i> 24 Jam.....	94
6. Kandungan Serat Berbagai Makanan Sarat Serat Per 100 Gram .....	95
7. Perhitungan Jumlah Sampel .....	96
8. Perhitungan Kebutuhan Gizi Penderita Penyakit Jantung Koroner .....	98
9. Analisis Uji Statistik.....	100
10. Dokumentasi Kegiatan .....	103

