

**HUBUNGAN POLA KONSUMSI LEMAK DAN STATUS
OBESITAS SENTRAL DENGAN PROFIL LIPID PADA PASIEN
PENYAKIT JANTUNG KORONER
(*LITERATURE REVIEW*)**



Oleh :

NI KADEK WIDYA PRATIWI
P07131216026

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2020**

**HUBUNGAN POLA KONSUMSI LEMAK DAN STATUS
OBESITAS SENTRAL DENGAN PROFIL LIPID PADA PASIEN
PENYAKIT JANTUNG KORONER
(*LITERATURE REVIEW*)**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

Oleh :

**NI KADEK WIDYA PRATIWI
P07131216026**

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN POLA KONSUMSI LEMAK DAN STATUS
OBESITAS SENTRAL DENGAN PROFIL LIPID PADA PASIEN
PENYAKIT JANTUNG KORONER
(LITERATURE REVIEW)**

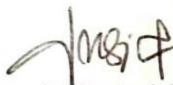
TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,



Dr. Ni Komang Wiardani, SST.M.Kes
Nip. 19670316 199003 2 002



Pande Putu Sri Sugiani, DCN.M.Kes
Nip. 19641227 198903 2 002

Mengetahui,
Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



Dr. Ni Komang Wiardani, SST.M.Kes
Nip. 19670316 199003 2 002

**HUBUNGAN POLA KONSUMSI LEMAK DAN STATUS
OBESITAS SENTRAL DENGAN PROFIL LIPID PADA PASIEN
PENYAKIT JANTUNG KORONER
(LITERATURE REVIEW)**

TELAH DIUJI DIHADAPAN PENGUJI

PADA HARI : SENIN

TANGGAL : 18 MEI 2020

TIM PENGUJI :

1. Lely Cintari,SST.M.P.H (Ketua) (.....)
2. Dr.I Putu Sairaoka,SST.M.Kes(Anggota 1) (.....)
3. Dr.Ni KOMang Wiardani,SST.M.Kes (.....)

Mengetahui,

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



Dr.Ni Komang Wiardani, SST.M.Kes

Nip. 19670316 199003 2 002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Kadek Widya Pratiwi
NIM : P07131216026
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2020
Alamat : Banjar Gaga Desa Tamanbali Bangli.

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

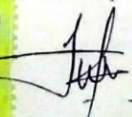
1. Skripsi dengan judul Hubungan Pola Konsumsi Lemak dan Status Obesitas Sentral dengan Profil Lipid Pada Pasien Penyakit Jantung Koroner adalah **benar karya saya sendiri atau bukan plagiat karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya 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, Mei 2020

Yang membuat pernyataan




Ni Kadek Widya Pratiwi

NIM. P07131216026

Hubungan Pola Konsumsi Lemak dan Status Obesitas Sentral dengan Profil Lipid pada Pasien Penyakit Jantung Koroner
(Literature Review)

ABSTRAK

Penyakit jantung koroner adalah salah satu penyakit kardiovaskular yang merupakan penyakit yang menjadi penyebab utama kematian di negara maju dan berkembang. Penyakit jantung koroner terjadi karena penyempitan pembuluh darah koroner yang menyebabkan aliran darah ke jantung terhambat serta ditandai dengan kadar profil lipid yang abnormal. Beberapa faktor yang menyebabkan kadar profil lipid yang abnormal yaitu konsumsi lemak yang tinggi selain itu konsumsi lemak yang tinggi akan menyebabkan terjadinya penumpukan lemak di abdomen perut sehingga menyebabkan obesitas sentral. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan pola konsumsi lemak dan status obesitas sentral dengan profil lipid pada pasien penyakit jantung koroner. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan desain penelitian kajian pustaka (*literature review*). Subjek pada penelitian ini adalah penderita penyakit jantung koroner. Data-data pola konsumsi lemak, status obesitas sentral, dan profil lipid diperoleh dari kumpulan artikel dengan kata kunci : pola konsumsi lemak, obesitas sentral, profil lipid dan penyakit jantung koroner yang kemudian ditabulasi dan dianalisis. Data dianalisis secara deskriptif. Pola konsumsi lemak pada penderita penyakit jantung koroner yaitu konsumsi lemak yang tinggi, dengan tingkat konsumsi yang tidak baik serta konsumsi lemak yang sering yaitu 4-5 kali dalam seminggu, sebagian besar penderita penyakit jantung koroner mengalami obesitas sentral, dengan sebagian memiliki kadar profil lipid LDL tinggi dan HDL rendah. Berdasarkan hasil analisis, diketahui bahwa tidak adanya hubungan antara pola konsumsi lemak dengan profil lipid dan status obesitas sentral dengan profil lipid pada pasien penyakit jantung koroner.

Kata kunci : pola konsumsi lemak, status obesitas sentral, profil lipid, penyakit jantung koroner.

**THE RELATIONSHIP FAT CONSUMPTION PATTERNS AND CENTRAL
OBESITY STATUS WITH LIPID PROFILES IN CORONARY HEART
DISEASE PATIENTS**
(Literature Review)

ABSTRACT

Coronary heart disease is a cardiovascular disease which is a disease which is the main cause of death in developed and developing countries. Coronary heart disease occurs due to narrowing of the coronary arteries which causes obstruction of blood flow to the heart and is characterized by abnormal lipid profile levels. Some factors that cause abnormal lipid profile levels are high fat consumption besides high fat consumption will cause fat accumulation in the abdominal abnormality thus causing central obesity. The purpose of this study was to analyze the relationship between fat consumption patterns and central obesity status with lipid profiles in patients with coronary heart disease. This research is a qualitative study with a literature review research design. The subjects in this study were sufferers of coronary heart disease. Data on fat consumption patterns, central obesity status, and lipid profiles were obtained from a collection of articles with keywords: fat consumption patterns, central obesity, lipid profiles and coronary heart disease which were then tabulated and analyzed. Data were analyzed descriptively. The pattern of fat consumption in patients with coronary heart disease that is high fat consumption, with the level of consumption that is not good and frequent fat consumption that is 4-5 times a week, most patients with coronary heart disease experience central obesity, with some having LDL lipid profile levels high and low HDL. Based on the results of the analysis, it is known that there is no relationship between fat consumption patterns with lipid profiles and central obesity status with lipid profiles in patients with coronary heart disease.

Keywords: fat consumption patterns, central obesity status, lipid profile, coronary heart disease.

RINGKASAN PENELITIAN

Pola Konsumsi Lemak dan Status Obesitas Sentral dengan Profil Lipid pada Pasien Penyakit Jantung Koroner *(Literature review)*

Oleh : Ni Kadek Widya Pratiwi (NIM. P07131216026)

Penyakit di Indonesia saat ini sudah mengalami perubahan epidemiologi, dimana terjadi peningkatan angka penyakit menular belum bisa ditangani tetapi peningkatan penyakit tidak menular semakin meningkat. Kondisi ini sangat erat kaitannya dengan transisi demografi yang membawa perubahan gaya hidup masyarakat Indonesia (PERKENI, 2015).

Menurut *World Health Organization* (WHO), penyakit kardiovaskular merupakan penyebab kematian dan kecacatan di seluruh dunia. Diperkirakan 17,7 juta orang meninggal karena penyakit kardiovaskuler pada tahun 2015, mewakili 31% dari semua kematian global. Dari kematian tersebut, diperkirakan 7,4 juta disebabkan oleh penyakit jantung koroner. (WHO, 2015). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) prevalensi penyakit jantung di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter yaitu sebesar 1.5% atau 15 dari 1.000 penduduk Indonesia mengalami penyakit jantung koroner. Jika dilihat dari penyebab kematian tertinggi di Indonesia, menurut *Survey Sample Registration System* tahun 2014 menunjukkan 12,9% kematian akibat PJK.

Penyakit jantung koroner merupakan penyakit kardiovaskular dengan akibat kelainan pada pembuluh koroner. Penyakit ini ditandai dengan perubahan kadar profil lipid yang abnormal atau dislipidemia sebagai salah satu indikator diagnosa penyakit jantung koroner. Penyakit ini ditandai dengan perubahan kadar profil lipid yang abnormal atau dislipidemia sebagai salah satu indikator diagnosa penyakit jantung koroner. Dislipidemia didefinisikan sebagai kelainan metabolisme lipid yang ditandai dengan peningkatan maupun penurunan fraksi lipid dalam plasma (Alna, 2014). Kadar kolesterol yang melebihi >250 mg/dl, kadar LDL yang lebih dari 160 mg/dL, kadar HDL kurang dari 40 mg/dL, dan kadar trigliserida antara 200–499 mg/dL dapat meningkatkan risiko penyakit jantung koroner (Waloya, 2013) yang sejalan dengan penelitian Rosita tahun 2014 menyatakan bahwa dislipidemia berisiko mengalami penyakit jantung koroner.

Menurut Kusuma (2015) menyebutkan salah satu faktor penyebab terjadinya PJK adalah asupan konsumsi seseorang yang mengandung banyak lemak. Konsumsi lemak lebih besar mengakibatkan penimbunan lemak secara berlebih dan jauh melebihi normal di daerah abdomen yang dikenal dengan obesitas sentral (Nurtanio, 2007). Resiko PJK didapatkan lebih tinggi pada kelompok obesitas sentral dibandingkan non obesitas sentral walaupun dengan indeks masa tubuh (IMT) ≥ 25 kg/m² (WHO,2000).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan pola konsumsi lemak dan status obesitas sentral dengan kadar profil lipid pada pasien penyakit jantung koroner. Tujuan khusus dari penelitian ini adalah mendeskripsikan kadar profil lipid pada pasien penyakit jantung koroner, mendeskripsikan pola konsumsi lemak pada pasien penyakit jantung koroner, mendeskripsikan status obesitas sentral pada pasien penyakit jantung koroner, menganalisis hubungan pola konsumsi lemak dengan profil lipid pasien penyakit jantung koroner, dan menganalisis hubungan obesitas sentral dengan profil lipid pasien penyakit jantung koroner. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan analisis deskriptif. Design penelitian ini adalah penelitian kajian kepustakaan (*literature review*) Subjek penelitian ini adalah penderita penyakit jantung koroner. Analisis data yang digunakan yaitu deskriptif.

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini, hampir seluruh artikel menyatakan penderita penyakit jantung koroner adalah berjenis kelamin laki-laki dengan golongan umur lansia. Sebagian besar mengkonsumsi lemak yang tinggi dengan seringnya mengkonsumsi lemak 4-5 kali dalam seminggu serta tingkat konsumsi lemak yang tidak baik. Sebagian besar mengalami obesitas sentral dan sebagian subjek memiliki profil lipid khususnya LDL yang tinggi dan HDL yang rendah. Dari hasil analisis kualitatif maka dapat disimpulkan bahwa tidak adanya hubungan antara pola konsumsi lemak dengan profil lipid dan status obesitas sentral dengan profi lipid pada pasien penyakit jantung koroner.

Diharapkan ada penelitian lebih lanjut mengenai hubungan pola konsumsi lemak dan status obesitas sentral dengan profil lipid paien penyakit jantung koroner di Rumah Sakit. Proses pengumpulan data sebaiknya dilakukan langsung dengan pasien penyakit jantung koroner agar data bersifat kuantitatif dan nyata. Penelitian ini menggunakan metode *literature review* sehingga data bersifat kualitatif sehingga data-data yang diperoleh banyak sekali ditemukan bias. Untuk itu diperlukan kajian literature yang lebih banyak lagi dengan berbagai sumber data base sehingga mendapatkan yang baik atau dilakukan penelitian dengan metode lain yang lebih obyektif .

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa/ Ida Sang Hyang Widhi Wasa yang telah melimpahkan rahmat-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Pola Konsumsi Lemak dan Status Obesitas Sentral dengan Profil Lipid Pasien Penyakit Jantung Koroner” dengan baik, tepat waktu dan tidak ada hambatan.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr.Ni Komang Wiardani SST, M.Kes sebagai pembimbing utama serta sebagai Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan banyak koreksi, saran dan penuntun penulisan dalam skripsi ini.
2. Pande Putu Sri Sugiani,DCN,M.Kes sebagai pembimbing pendamping serta Ketua Program Studi DIV Gizi, Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar yang juga memberikan banyak koreksi, saran dan penuntun penulisan dalam skripsi ini.
3. Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP., MPH selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini.
4. Bapak/Ibu dosen dan staf pegawai Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah banyak membantu memberikan dukungan selama penyusunan skripsi ini.
5. Teman-teman di Jurusan Gizi yang telah banyak memberikan dukungan selama penyusunan skripsi ini.
6. Keluarga tercinta yang telah memberikan dukungan baik berupa dukungan moral, spiritual, dan material dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna karena keterbatasan pengetahuan yang dimiliki oleh penulis. Untuk itu, kritik dan saran membangun sangat penulis harapkan guna perbaikan dan penyempurnaan tugas

akhir ini, akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca maupun penulis sendiri.

Denpasar, Mei 2020

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Penyakit Jantung Koroner	7
B. Profil Lipid	17
C. Pola Konsumsi Lemak	24
D. Status Obesitas Sentral.....	38
BAB III KERANGKA KONSEP	42
A. Kerangka Konsep	42
B. Variabel penelitian.....	43
BAB IV METODE PENELITIAN	45
A. Jenis dan Subjek penelitian	45
B. Jenis, Sumber, dan Teknik Pengumpulan Data	46
C. Analisis Data	50

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	52
A. Hasil Penelitian.....	52
B. Pembahasan.....	56
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	63
A. Kesimpulan	63
B. Saran	64
DAFTAR PUSTAKA.....	65
Lampiran.....	69

DAFTAR TABEL

NO	Halaman
1. Daftar Bahan Makanan dengan kadar lemak.....	33
2. Daftar Lemak yang dianjurkan	36
3. Klasifikasi obesitas berdasarkan lingkar perut	39

DAFTAR LAMPIRAN

NO	Halaman
1. Lampiran 1	70

