

**GAMBARAN ASUPAN LEMAK, SERAT DAN NATRIUM PADA PASIEN
PENYAKIT JANTUNG DI RUANG RAWAT INAP KELAS III RSU
BAHTERAMAS PROVINSI SULAWESI TENGGARA**

Tugas Akhir

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Pendidikan

Diploma D-III Gizi



DISUSUN OLEH:

DIKA ARANI SAID

P00331021004

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN KENDARI

PRODI D-III JURUSAN GIZI

2024

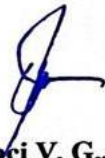
HALAMAN PENGESAHAN

**GAMBARAN ASUPAN LEMAK, SERAT DAN NATRIUM PADA PASIEN
PENYAKIT JANTUNG DI RUANG RAWAT INAP KELAS III RSU
BAHTERAMAS PROVINSI SULAWESI TENGGARA**

Yang diajukan oleh
DIKA ARANI SAID
NIM. P00331021004


Telah disetujui oleh:

Pembimbing Utama,


Sri Yunanci V. G., SST, MPH
NIP. 196910061992032002

Tanggal 30 September 2024

Pembimbing Pendamping,


Hariani, SST, MPH
NIP. 196812311994032001

Tanggal 30 September 2024

TUGAS AKHIR
GAMBARAN ASUPAN LEMAK, SERAT DAN NATRIUM PADA PASIEN
PENYAKIT JANTUNG DI RUANG RAWAT INAP KELAS III RSU
BAHTERAMAS PROVINSI SULAWESI TENGGARA

Oleh :

DIKA ARANI SAID
P00331021004

Telah diuji dan disetujui pada tanggal 5 September 2024 :

TIM DEWAN PENGUJI

1. Sri Yunanci V.G, SST, MPH	Ketua Dewan Penguji
2. Hariani, SST, MPH	Sekretaris Penguji
3. Rofiqoh, SKM, M.Kes	Anggota Penguji
4. Kameriah Gani, SKM, M.Kes	Anggota Penguji
5. Astaty, SST, M.Kes	Anggota Penguji

Mengetahui:

Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kendari



Sri Yunanci V.G, SST, MPH
NIP. 196910061992032002

Ketua Jurusan Prodi D-III Gizi

Euis Nurlaela, S.Gz, M.Kes
NIP. 197805042000122001

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai civitas Poltekkes Kemenkes Kendari, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dika Arani Said
Nim : P00331021004
Program Studi/ Jurusan : Diploma III Jurusan Gizi
Judul (Skripsi, Karya Tulis Ilmiah) : Gambaran Asupan Lemak, Serat Dan Natrium Pada Pasien Penyakit Jantung di Ruang Rawat Inap Kelas III RSUD Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara

Menyatakan bahwa setuju untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Kendari Hak Bebas Royalti Non Eksekutif Atas (Skripsi, Karya Tulis Ilmiah, Laporan Tugas Akhir) saya yang berjudul:

“Gambaran Asupan Lemak, Serat Dan Natrium Pada Pasien Penyakit Jantung di Ruang Rawat Inap Kelas III RSUD Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksekutif ini Poltekkes Kemenkes Kendari berhak menyimpan, mengalih media / formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan (Skripsi, Karya Tulis Ilmiah, Laporan Tugas Akhir) saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Di Buat di Kendari Pada
Tanggal, 3 Oktober 2024



(Dika Arani Said)

PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dika Arani Said

Nim : P00331021004

Program Studi / Jurusan : Diploma III Jurusan Gizi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa (Skripsi, Karya Tulis Ilmiah, Laporan Tugas Akhir) saya yang berjudul: **“Gambaran Asupan Lemak, Serat Dan Natrium Pada Pasien Penyakit Jantung di Ruang Rawat Inap Kelas III RSU Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara”** Ini adalah bukan karya tulis orang lain baik sebagian atau seluruhnya, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan apabila ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi.

Kendari, 8 Oktober 2024

Yang membuat pernyataan



Dika Arani Said
P00331021004

BIODATA PENULIS



A. Identitas

1. Nama : Dika Arani Said
2. Nim : P00331021004
3. Tempat/ Tanggal lahir : Raha/ 28 Juli 2003
4. Anak ke : Satu
5. Suku/ Bangsa : Muna-Buton/ Indonesia
6. Agama : Islam
7. Alamat : Jln.Yos Sudarso, Kec, Kendari,
Kota Kendari
8. Email : dikaaranisaid08@gmail.com

B. Latar Belakang Penelitian

1. Tamat TK Perwanida : Tahun 2009
2. Tamat SD Negeri 12 Kendari : Tahun 2015
3. Tamat MTS Negeri 02 Kendari : Tahun 2018
4. Tamat SMA Negeri 03 kendari : Tahun 2021
5. D-III Gizi Poltekkes Kemenkes Kendari : Tahun 2024

**GAMBARAN ASUPAN LEMAK, SERAT DAN NATRIUM PADA PASIEN
PENYAKIT JANTUNG DI RUANG RAWAT INAP KELAS III RSU
BAHTERAMAS PROVINSI SULAWESI TENGGARA**

RINGKASAN

DIKA ARANI SAID

Di bawah bimbingan Sri Yunanci V. G. dan Hariani

Latar belakang : Penyakit jantung adalah salah satu penyakit yang menyebabkan resiko kematian cukup tinggi di dunia. Penyakit jantung menduduki peringkat sebagai penyakit pembunuh utama di berbagai negara, termasuk Indonesia, Inggris, Australia, Kanada, AS, dan beberapa negara lainnya. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, menunjukkan bahwa penderita penyakit jantung di Indonesia mencapai 4,2 juta orang. Menurut Laporan Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara tahun 2013 jumlah penderita penyakit jantung pada umur 55-64 dan 65-74 tahun sebanyak 3,4% dan pada tahun 2014, meningkat menjadi 5,5% dan 2% di antaranya meninggal dunia, pada awal tahun 2015, kembali meningkat menjadi 6,5%. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran asupan lemak, serat dan natrium pada pasien penyakit jantung di ruang rawat inap kelas III RSU Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara.

Metode : Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan survei. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 5 - 27 Agustus 2024 di RSU Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara. Sampel Penelitian ini berjumlah 41 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu dilakukan dengan purposive sampling.

Hasil : Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 41 sampel penderita jantung terdapat (76%) dengan asupan lemak kategori kurang, (100%) dengan asupan serat kategori kurang dan (54%) dengan asupan natrium dengan kategori cukup.

Kesimpulan : Pasien jantung diruang rawat jalan kelas III RSU Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara menunjukkan bahwa sebagian besar memiliki asupan lemak dengan kategori kurang yaitu 31 orang (76%), asupan serat dengan kategori kurang yaitu 41 orang (100%), dan asupan natrium dengan kategori kurang yaitu 22 orang (54%).

Saran: Diharapkan agar membatasi makan-makanan yang banyak mengandung lemak dan natrium mengingat bahwa keduanya dapat meningkatkan kolestrol dan diharapkan bagi pasien untuk menambah asupan serat dikarenakan serat dapat menurunkan kolestrol.

Kata Kunci : Asupan Lemak, Serat, Natrium Dan Penyakit Jantung

**DESCRIPTION OF FAT, FIBER AND SODIUM INTAKE IN HEART DISEASE
PATIENTS IN CLASS III INPATIENT ROOM OF BAHTERAMAS HOSPITAL,
SOUTHEAST SULAWESI PROVINCE**

ABSTRAC

DIKA ARANI SAID

Under the guidance of Sri Yunanci V. G. and Hariani

Background: Heart disease is one of the diseases that causes a fairly high risk of death in the world. Heart disease is ranked as the leading killer disease in various countries, including Indonesia, England, Australia, Canada, the US, and several other countries. The 2018 Basic Health Research (Riskesmas) showed that heart disease sufferers in Indonesia reached 4.2 million people. According to the 2013 Southeast Sulawesi Provincial Health Office Report, the number of heart disease sufferers aged 55-64 and 65-74 years was 3.4% and in 2014, it increased to 5.5% and 2% of them died, in early 2015, it increased again to 6.5%. The purpose of this study was to determine the description of fat, fiber and sodium intake in heart disease patients in the class III inpatient room of Bahteramas Hospital, Southeast Sulawesi Province.

Method: This type of research is descriptive research with a survey approach. This research was conducted on August 5-27, 2024 at Bahteramas Hospital, Southeast Sulawesi Province. The sample of this study was 41 people. The sampling technique was carried out by purposive sampling.

Results: The results of this study indicate that out of 41 samples of heart patients, there were (76%) with a low fat intake category, (100%) with a low fiber intake category and (54%) with a sufficient sodium intake category.

Conclusion: Heart patients in the Class III outpatient room of Bahteramas Hospital, Southeast Sulawesi Province showed that most had a low fat intake category, namely 31 people (76%), a low fiber intake category, namely 41 people (100%), and a low sodium intake category, namely 22 people (54%).

Suggestion: It is expected to limit eating foods that contain a lot of fat and sodium considering that both can increase cholesterol and it is expected for patients to increase fiber intake because fiber can lower cholesterol.

Keywords: Fat Intake, Fiber, Sodium and Heart Disease

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penyusunan karya tulis ilmiah yang Berjudul “Gambaran Asupan Lemak, Serat Dan Natrium Pada Pasien Penderita Jantung di Ruang Rawat Inap Kelas III RSUD Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara” sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan Pendidikan Diploma III Gizi.

Dalam proses penyusunan karya tulis ilmiah ini telah melewati perjalanan Panjang dalam penyusunan yang tentunya tidak lepas dari bantuan moril dan materi pihak lain. Karena itu sudah sepatutnya penulis dengan segala kerendahan dan keikhlasan hati menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Bapak Teguh Fathurrahman, SKM, MPPM Selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kendari.
2. Ibu Sri Yunanci V. G., SST, MPH Selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kendari Kesehatan kemenkes Kendari sekaligus pembimbing utama yang memberikan motivasi dan bimbingan penyusunan Karya Tulis Ilmiah Ini.
3. Ibu Euis Nurlaela, S.Gz, M.Kes Selaku Ketua Prodi D-III Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Kendari.
4. Ibu Hariani, SST, MPH Selaku pembimbing II yang senantiasa memberikan masukan dan bimbingan guna keberhasilan penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
5. Ibu Rofiqoh, SKM, M.Kes , Ibu Kameriah Gani, SKM, M.Kes, dan Ibu Astaty, SST, M.kes selaku dosen penguji.
6. Seluruh dosen dan staf jurusan gizi politeknik Kesehatan Kemenkes Kendari.

7. Bapak Direktur RSUD Bahteramas kota Kendari yang telah memberikan izin penelitian.
8. Instansi lain yang berhubungan dengan tempat pengambilan data.
9. Teman-teman seperjuangan Jurusan Gizi Angkatan 2021, khususnya kelas A program D-III Gizi poltekkes kemenkes Kendari.

Ungkapan terima kasih yang istimewa dan tidak ternilai harganya penulis persembahkan kepada ayahanda Arianto dan Ibunda Sukia tercinta yang telah memberikan kasih sayang, merawat, mendidik, dan memberikan doa serta dukungan moril dan materil dengan penuh cinta kepada penulis sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik. Serta tak lupa kepada keluarga saya yang sudah membantu finansial saya selama kuliah dan sahabat-sahabat saya yang selalu memberikan semangat yang membuat dan memotivasi penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Akhir kata penulis menyatakan bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran penulis ucapkan terima kasih.

Kendari, 8 Oktober 2024



Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
HALAMAN PENGESAHAN DEWAN PENGUJI.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN	iv
BIODATA PENULIS	v
RINGKASAN.....	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan	5
D. Manfaat.....	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Penyakit Jantung	9
B. Asupan Lemak	17
C. Asupan Serat	20
D. Asupan Natrium	22
E. Kerangka Teori Dan Kerangka Konsep.....	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Jenis Penelitian.....	25
B. Waktu Dan Tempat Penelitian.....	25
C. Populasi Dan Sampel Penelitian	25

D. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data	26
E. Pengolahan Dan Analisa Data.....	27
F. Definisi Operasional Dan Kriteria Objektif.....	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	30
A. Hasil.....	30
B. Pembahasan	33
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	37
A. Kesimpulan	37
B. Saran.....	37
DAFTAR PUSTAKA.....	38
LAMPIRAN	42

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian	7
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin.....	31
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur.....	32
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Asupan Lemak	32
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Asupan Natrium	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori	24
Gambar 2. Kerangka Konsep	24