

**GAMBARAN ASUPAN LEMAK, KOLESTROL DAN NATRIUM
PADA PENDERITA PENYAKIT JANTUNG RAWAT JALAN DI RUMAH
SAKIT UMUM DAERAH BAHTERAMAS PROVINSI SULAWESI TNGGARA**

Tugas Akhir

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Pendidikan

Diploma D-III GIZI



DISUSUN OLEH:

MARSAN MUTIA

NIM. P00331021013

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN KENDARI

PRODI D-III GIZI

2024

HALAMAN PENGESAHAN

TUGAS AKHIR


**GAMBARAN ASUPAN LEMAK KOLESTROL DAN NATRIUM PADA
PENDERITA PENYAKIT JANTUNG RAWAT JALAN DI RUMAH SAKIT
UMUM DAERAH BAHTERAMAS PROVINSI SULAWESI TNGGARA**

Yang diajukan oleh:

Marsan mutia
P00331021013

Telah disetujui oleh:

Pembimbing utama



Suwarni,DCN.MPH
NIP.196706111990032001

Tanggal. 23 Oktober 2024

Pembimbing pendamping



Petrus,SKM.M,Kes
NIP.196505181988031002

Tanggal. 22 Oktober 2024

PENGESAHAN DEWAN PENGUJI UJIAN AKHIR PROGRAM

Tugas Akhir

**GAMBARAN ASUPAN LEMAK KOLESTROL DAN NATRIUM PADA
PENDERITA PENYAKIT JANTUNG RAWAT JALAN DI RUMAH SAKIT
UMUM DAERAH BAHTERAMAS PROVINSI SULAWESI TNGGARA**

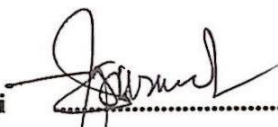
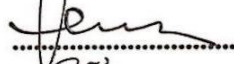
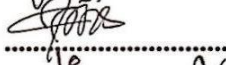

Oleh :

MARSAN MUTIA

P00331021013

Telah diuji dan disetujui pada tanggal 19 September 2024

TIM DEWAN PENGUJI


1	Suwarni DCN, MPH	Ketua Dewan Penguji	
2	Petrus SKM, M.Kes	Sekretaris Penguji	
3	Wiralis STP, M.Si, Med	Anggota Penguji	
4	Evi Kusumawati SST, M.Si, Med	Anggota Penguji	
5	I Made Rai Sudarsono S, Gz. MPH	Anggota Penguji

Mengetahui :

Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kendari


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

Ketua Program Studi DIII 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 : Marsan Mutia
Nim : P00331021013
Program Studi/ Jurusan : Diploma III Jurusan Gizi
Judul (Skripsi, Karya Tulis Ilmiah) : **Gambaran Asupan Lemak, kolestrol Dan Natrium Pada Pasien Penyakit Jantung Di Ruang Rawat Jalan Di 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, kolestrol Dan Natrium Pada Penderita Penyakit Jantung Rawat Jalan Di Rumah Sakit Umum Daerah 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, 11 September 2024



Marsan Mutia

PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Marasan Mutia

Nim : P00331021013

Program Studi / Jurusan : Diploma III Jurusan Gizi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa (Skripsi, Karya Tulis Ilmiah, Laporan Tugas Akhir) saya yang berjudul: **“Gambaran Asupan Lemak, kolestrol Dan Natrium Pada Penderita Penyakit Jantung Rawat Jalan Di Rumah Sakit Umum Daerah Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara”** Ini adalah bukan karya tulis orang lain baik sebagian atau seluruhnyaa, 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, 11 September 2024

Yang membuat pernyataan

Marsan Mutia
P00331021013

BIODATA PENULIS



A. Identitas

1. Nama : Marsan Mutia
2. Nim : P00331021013
3. Tempat / Tanggal Lahir : Wakadawu / 07 Maret 2004
4. Anak Ke : Empat
5. Suku / Bangsa : Wawonii - Buton/ Indonesia
6. Agama : Islam
7. Alamat : Desa Saburano
8. Email : marsanmutia2021@gmail.com

B. Latar Belakang Penelitian

1. Tamat SD Negeri Wakadawu Wawonii Timur : Tahun 2015
2. Tamat SMP Negeri 1 Wawonii Timur : Tahun 2018
3. Tamat SMA Negeri 1 Wawonii Timur : Tahun 2021
4. D – III Gizi Poltekkes Kemenkes Kendari : Tahun 2024

ABSTRAK
GAMBARAN ASUPAN LEMAK, KOLESTROL DAN NATRIUM PADA
PENDERITA PENYAKIT JANTUNG RAWAT JALAN DI RSUD
BAHTERAMAS PROVINSI SULAWESI TENGGARA

RINGKASAN

Marsan Mutia

Di Bawah Bimbingan Ibu Suwarni Dan Bapak Petrus

Latar Belakang : Asupan lemak berlebih dapat menyebabkan kolesterol dalam darah meningkat, yang berpotensi menghambat pembuluh darah dan meningkatkan risiko penyakit jantung. Selain itu, lemak yang berlebihan sulit diolah menjadi energi, sehingga menumpuk di dalam tubuh. Tujuan untuk mengetahui gambaran asupan lemak, kolesterol dan natrium pada penderita penyakit jantung rawat inap di RSUD Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara.

Metode : Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan survei. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 01 - 12 Agustus 2024 di RSUD Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara. Sampel Penelitian ini berjumlah 35 pasien rawat jalan penyakit jantung. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampel. Pengumpulan data dilaksanakan dengan cara wawancara menggunakan alat bantu kuisioner. Data yang telah dikumpulkan diolah dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

Hasil : Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 35 sampel penderita penyakit jantung dengan asupan lemak kategori cukup yaitu 9 sampel (25,7%) dan kategori asupan lemak kurang yaitu 26 (74,3%). dengan asupan kolesterol kategori lebih 2 sampel (5,7%) sedangkan asupan kolesterol cukup yaitu 8 sampel (22,9%) dan asupan kolesterol kurang yaitu 25 sampel (71,4%). Dan asupan natrium kategori lebih 2 sampel (5,7%) sedangkan asupan natrium cukup yaitu 8 sampel (22,9%) dan asupan natrium kurang yaitu 25 sampel (71,4%)

Kesimpulan: Asupan lemak kategori cukup (25,7%) dan kategori kurang sebanyak (74,3%), Asupan kolesterol kategori lebih (5,7%) sedangkan kategori cukup (22,9%) dan kategori kurang (71,4%). Asupan natrium kategori lebih (5,7%) sedangkan kategori cukup (22,9%) dan kategori kurang (71,4%).

Saran : Bagi penderita penyakit jantung diharapkan agar membatasi makan- makanan yang banyak mengandung lemak dan natrium mengingatkan bahwa dapat meningkatkan kolesterol dan berat badan,

Kata Kunci : Asupan lemak, kolesterol dan natrium pada penyakit jantung

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum warahmatulahi wabarakatuh

Tiada kata patut diucapkan penulis selain kata syukur kepada Allah SWT yang telah limpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga proposal yang berjudul “Gambaran asupan lemak, kolesterol dan natrium pada penderita Penyakit Jantung Rawat Jalan Di RSUD Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara” ini dapat terselesaikan. Proses penyusunan proposal ini telah melewati perjalanan panjang dalam penyusunannya yang tentunya tidak terlepas dari bantuan moril dan materil pihak lain. Karena itu sudah sepatutnya penulis dengan segala kerendahan dan keikhlasan hati menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Teguh Fathurrahman, SKM, MPPM selaku direktur politeknik kesehatan Kendari
2. Ibu Sri Yunanci V. Gobel, SST, MPH, selaku ketua jurusan gizi poltekkes kendari
3. Ibu Euis Nurlaela, S.Gz, M.Kes selaku Ketua Prodi D-III Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Kendari dan selaku pembimbing utama yang memberikan motivasi dan bimbingan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Ibu Suwarni DCN, MPH, selaku pembimbing utama yang dengan rendah hati dan keikhlasan dalam membimbing dan mengarahkan penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Bapak Petrus, SKM, M.Kes, selaku pembimbing II, yang senantiasa memberikan masukan dan bimbingan guna keberhasilan penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

6. Ibu Wiralis, STP,MSi,Med, Ibu Evi Kusumawati, S,Gz,M.Kes, Bapak I Made Rai Sudarsono,S.Gz,MPH selaku dosen penguji
7. Seluruh Dosen dan staf jurusan gizi politeknik Kesehatan kemenkes Kendari.
8. Bapak Direktur RSUD Bahteramas kota Kendari yang telah memberikan izin penelitian

Ungkapan terima kasih yang teristimewa dan tidak ternilai harganya penulis persembahkan kepada orang tua ayahanda Subhan dan ibunda Rusina tercinta yang telah memberikan kasih sayang, merawat, mendidik, dan memberikan doa serta dukungan 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 7 September 2024

Marsan mutia

DAFTAR ISI

COVER.....	
HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING.....	1
HALAMAN PENGESAHAN DEWAN PENGUJI.....	2
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN AKADEMIK.....	3
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN.....	4
BIODATA PENULIS.....	5
RINGKASAN.....	6
KATA PENGANTAR.....	7
DAFTAR ISI.....	9
DAFTAR GAMBAR.....	11
DAFTAR TABEL.....	12
BAB I PENDAHULUAN.....	13
A. Latar Belakang.....	13
B. Rumusan masalah.....	17
C. Tujuan penelitian.....	17
D. Manfaat penelitian.....	17
E. Keaslian Penulisan.....	19
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	20
A. Tinjauan pengertian penyakit jantung.....	20
B. Tinjauan tentang lemak.....	32
C. Tinjauan tentang kolesterol.....	36
D. Tinjauan tentang natrium.....	42
E. Kerangka teori dan kerangka konsep.....	44
BAB III METODE PENELITIAN.....	46
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	46
B. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	46
C. Populasi dan Sampel.....	46

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	47
E. Pengolahan dan Analisi Data.....	48
F. Definisi oprasional (DO) dan Kriteria objektif (KO).....	59
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Hasil Penelitian.....	51
B. Pembahasan.....	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	61
A. Kesimpulan.....	61
B. Saran.....	61
DAFTAR PUSTAKA.....	62
LAMPIRAN.....	68

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	44
Gambar 2. Kerangka Konsep.....	45

DAFTAR TABEL

Table 1 Keaslian penelitian.....	19
Table 2 Jenis dan jumlah ketenagakerjaan RSUD Bahteramas Prov. Sultra Tahun 2020...	52
Table 3 Distribusi frekuensi menurut jenis kelamin.....	53
Tebel 4 Distribusi frekuensi menurut pekerjaan.....	54
Table 5 Distribusi frekusnsi menurut usia.....	54
Table 6 Distribusi frekuensi menurut asupan lemak.....	55
Table 7 Distribusi frekuensi menurut asupan kolesterol.....	55
Table 8 Distribusi frekuensi menurut asupan natrium.....	56