

LAPORAN TUGAS AKHIR

**GAMBARAN ASUPAN LEMAK DAN KARBOHIDRAT SERTA
PROFIL LIPID DARAH PADA PASIEN JANTUNG KORONER
DI POLI RAWAT JALAN DI RSUD S.K LERIK KOTA
KUPANG**



DISUSUN OLEH

TESSA KAUNAN OEMATAN
PO5303241231299

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG

PROGRAM STUDI D-III GIZI

ANGKATAN XVIII

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

LAPORAN TUGAS AKHIR

**GAMBARAN ASUPAN LEMAK DAN KARBOHIDRAT SERTA
PROFIL LIPID DARAH PADA PASIEN JANTUNG KORONER
DI POLI RAWAT JALAN DI RSUD S.K LERIK KOTA
KUPANG**

DISUSUN

TESSA KAUNAN OEMATAN
PO.5303241231299

Telah disetujui untuk diperiksa dan dipertahankan
Di hadapan tim penguji
Pada tanggal 26 juni 2026

Pembimbing



Regina Maria Boro, DCN, M.Kes

NIP : 196504011989032001

Mengetahui

Ketua Program Studi Gizi
Poltekkes Kemenkes Kupang



Juni Gressilda Louisa sine, S.TP., M.Kes

NIP.198006012009122001

ii

HALAMAN PENGESAHAN

LAPORAN TUGAS AKHIR
GAMBARAN ASUPAN LEMAK DAN KARBOHIDRAT SERTA
PROFIL LIPID DARAH PADA PASIEN JANTUNG KORONER
DI POLI RAWAT JALAN DI RSUD S.K LERIK KOTA
KUPANG

DISUSUN

TESSA KAUNAN OEMATAN

PO.5303241231299

Telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji
Pada Tanggal 26 juni 2026

Penguji I Dr. Putu Amrytha Sanjiwani,S.Gz.,M.Gizi
NIP : 198705162010122001

(.....)

Penguji II Regina Maria Boro,DCN,M.Kes
NIP : 196504011989032001

(.....)

Mengetahui
Ketua program Studi Gizi
Poltekkes Kemenkes Kupang


Juni Gressilda Louisa sine,S.TP.,M.Kes
NIP.198006012009122001

iii

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : Tessa Kaunan Oematan

NIM : PO 5303241231299

Tanda Tangan :



Tanggal : 14 Agustus 2026

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN
PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Kupang, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tessa Kaunan Oematan

NIM : PO5303241231299

Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Kupang Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty- Free Right) atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul : Gambaran Asupan Lemak Dan Karbohidrat Serta Profil Lipid Darah Pada Pasien Penyakit Jantung Koroner di poli rawat jalan di RSUD SK Lerik Kota Kupang.

Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Poltekkes Kemenkes Kupang berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Kupang
Pada tanggal : 14 Agustus 2026

Yang menyatakan



(Tessa Kaunan Oematan)

BIODATA PENULIS



DATA PRIBADI

Nama : TESSA KAUNAN OEMATAN
TTL : Kupang, 25 April 2005
Alamat : Tanah Putih
Jenis kelamin : Perempuan

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SDN Tanah Putih 2011-2017
2. SMPN 1 Kupang Tengah 2017-2020
3. SMAN 1 Kupang Timur 2020-2023
4. Mahasiswa Program Studi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang Angkatan XVIII tahun 2023-2026

MOTTO

***“Janganlah hendaknya kamu kuatir tentang apa pun juga, tetapi nyatakanlah dalam segala hal keinginanmu kepada Allah dalam doa dan permohonan dengan ucapan syukur”
(Filipi 4:6)***

***“Karena masa depan sungguh ada, dan harapanmu tidak akan hilang”
(Amsal 23:18)***

***“Inilah hari yang dijadikan Tuhan ,marilah kita bersorak-sorak dan bersukacita karena-Nya”
(Mazmur 118:24)***

ABSTRAK

TESSA KAUNAN OEMATAN : “GAMBARAN ASUPAN LEMAK DAN KARBOHIDRAT SERTA PROFIL LIPID DARAH PADA PASIEN JANTUNG KORONER DI POLI RAWAT JALAN DI RSUD S.K LERIK KOTA KUPANG”. (Dibimbing Oleh Regina Maria Boro,DCN,M.Kes)

Latar Belakang : Penyakit jantung koroner (PJK) merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang menjadi penyebab utama kematian di dunia. Pola makan yang tidak sehat, terutama asupan lemak dan karbohidrat, dapat mempengaruhi profil lipid darah sehingga meningkatkan resiko terjadinya PJK. Oleh karena itu, diperlukan penelitian untuk mengetahui gambaran asupan lemak, asupan karbohidrat, serta profil lipid darah pada pasien penyakit jantung koroner sebagai dasar dalam upaya penataaksanaan gizi.

Tujuan Penelitian : Mengetahui gambaran asupan lemak, asupan karbohidrat, dan profil lipid darah pada pasien penyakit jantung koroner di Poli Rawat Jalan di RSUD S.K Lerik Kota Kupang.

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan desain deskriptif observasional dengan pendekatan cross sectional.

Hasil Penelitian : Responden penelitian didominasi oleh kelompok usia 50–64 tahun (52,3%), berjenis kelamin laki-laki (54,8%), serta sebagian besar telah tidak bekerja atau memasuki masa pensiun (50%). Sebagian besar responden memiliki asupan lemak dan asupan karbohidrat pada kategori defisit, masing-masing sebesar 69,0% dan 61,9%. Berdasarkan hasil pemeriksaan profil lipid, mayoritas responden memiliki kadar LDL dalam kategori normal (88,1%), sedangkan hasil pemeriksaan kolesterol total, HDL, dan trigliserida menunjukkan variasi pada setiap kategori. Selain itu, tidak semua responden memiliki data pemeriksaan profil lipid yang lengkap.

Kesimpulan : Sebagian besar pasien penyakit jantung koroner di Poli Rawat Jalan RSUD S.K. Lerik Kota Kupang memiliki asupan lemak dan asupan karbohidrat dalam kategori defisit, sementara kadar LDL mayoritas berada dalam kategori normal. Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam penyusunan edukasi gizi serta penerapan pola makan yang sesuai sebagai upaya mendukung pengelolaan penyakit jantung koroner

Kata Kunci : Penyakit jantung koroner, asupan lemak, asupan karbohidrat, profil lipid darah

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena kasih dan cinta-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan laporan tugas akhir yang berjudul “Gambaran asupan lemak dan karbohidrat serta profil lipid darah pada pasien jantung koroner di poli rawat jalan di rumah sakit S.K lerik kota kupang” penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Maria Hilaria, S.Si., S.Farm., APT., M.Si selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Kupang
2. Juni Gresilda Louisa Sine, STP., M.Kes selaku Ketua Prodi Gizi Poltekkes Kemenkes kupang
3. Dr. Putu Amrytha Sanjiwani, S.Gz., M.Gizi selaku penguji yang telah memberikan arahan, bimbingan dan motivasi sehingga laporan tugas akhir dapat terwujud.
4. Regina Maria Boro. DCN., M.Kes selaku pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan dan motivasi sehingga laporan tugas akhir dapat terwujud.
5. Seluruh staf dosen dan staf administrasi prodi Gizi yang telah memberikan bantuan moril bagi penulis, baik dalam proses pendidikan maupun dalam penyusunan laporan tugas akhir ini.
6. Terima kasih yang tulus kepada kedua orang tua dan saudara-saudara atas doa, kasih sayang, serta dukungan yang senantiasa diberikan. Ucapan terima kasih juga kepada teman-teman seperjuangan atas semangat, bantuan, serta motivasi yang diberikan selama proses penyusunan tugas akhir ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa laporan tugas akhir ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu penulis tetap mengharapkan kritikan dan saran yang sifatnya membangun demi perbaikan laporan tugas akhir ini. Semoga tugas ini bermanfaat bagi pembaca dan terkhusus bagi penulis.

Kupang, 26 Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	2
C. Tujuan	3
D. Manfaat penelitian.....	3
E. Keaslian Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Jantung Koroner	5
B. Asupan Karbohidrat	12
C. Asupan Lemak	13
D. Profil lipid darah	14
E. Kerangka Teori.....	17
F. Kerangka konsep.....	18
BAB III METODE PENELITIAN	20
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	20
B. Tempat dan waktu	20
C. Populasi dan Sampel Penelitian	20
D. Instrumen dan Alat penelitian	21
E. Variabel Penelitian.....	21
F. Definisi Operasional.....	22
G. Jenis dan Cara pengumpulan data	24

H. Analisi Data.....	24
BAB VI HASIL DAN PEMBAHASAN.....	26
A. Hasil	26
B. Pembahasan.....	31
BAB V PENUTUP	36
A. Kesimpulan	36
B. Saran.....	36
LAMPIRAN	41
SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN	54

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	4
Tabel 2. Bahan Makanan Yang Dianjurkan Dan Tidak Dianjurkan.....	11
Tabel 3. Definisi Operasional	22
Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Usia	26
Tabel 5. Distribusi Resonden Berdasarkan Jenis Kelamin	26
Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan	27
Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarka Asupan Lemak.....	27
Tabel 8. Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Karbohidrat.....	28
Tabel 9. Distribusi Responden Berdasarka Jumlah Pemeriksaan Profil Lipid	28
Tabel 10. Distribusi Responden Berdasarkan Hasil Pemeriksaan LDL.....	29

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori	17
Gambar 2. Kerangka Konsep.....	18

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat pengantar 1 Pintu	41
Lampiran 2 Surat ijin Penelitian	42
Lampiran 3. Surat Ijin Pengambilan Data Awal.....	43
Lampiran 4 Dokumentasi Responden.....	44
Lampiran 5 Instrumen TKPI.....	46
Lampiran 6 Hasil Uji Statistik Univariat.....	47
Lampiran 7 Leaflet	48
Lampiran 8 Data Identitas Pasien.....	49
Lampiran 9 24-Hour Dietary Recall.....	50
Lampiran 10 Form Food Frequency Quesionnai.....	51
Lampiran 11 Surat Permohonan Menjadi Responden	54