

## LAMPIRAN

### Lampiran 1. Surat pengantar 1 Pintu



PEMERINTAH PROVINSI NUSA TENGGARA TIMUR  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**  
Jalan Basuki Rahmat Nomor 1 – Naikolan  
(Gedung B Lantai I, II Kompleks Kantor Gubernur Lama)  
Telp. (0380) 821027, Fax. (0380) 821827 WA : 081236364466  
Website : [www.dpmpstsp.nttprov.id](http://www.dpmpstsp.nttprov.id) Email : [pmptsp.nttprov@gmail.com](mailto:pmptsp.nttprov@gmail.com)  
KUPANG 85117

#### SURAT IZIN PENELITIAN

NOMOR : 500.16.7.2-000.9.2/1482/DPMPSTSP/2026

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sylvia R. Poku Djawang, SP., MM.  
Jabatan : Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Nusa Tenggara Timur

Dengan ini memberikan Izin Penelitian kepada :

Nama : Tessa Kaunan Oematan  
NIM : PO5303241231299  
Jurusan/Prodi : D-III Gizi  
Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Untuk melaksanakan penelitian, dengan rincian sebagai berikut :

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

Lokasi Penelitian : RSUD S.K. Lerik Kota Kupang

Waktu Pelaksanaan

- a. Mulai : 27 April 2026
- b. Berakhir : 29 Mei 2026

Dengan ketentuan yang harus ditaati, sebagai berikut :

1. Sebelum melakukan kegiatan penelitian, terlebih dahulu melaporkan kedatangannya kepada Bupati/Walikota Cq. Kepala Kesbangpol/DPMPSTSP setempat yang akan dijadikan obyek penelitian;
  2. Mematuhi ketentuan peraturan yang berlaku di daerah/wilayah/lokus penelitian;
  3. Tidak dibenarkan melakukan penelitian yang materinya bertentangan dengan topik/judul penelitian sebagaimana dimaksud diatas;
  4. Peneliti wajib melaporkan hasil penelitian kepada Gubernur Nusa Tenggara Timur Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi NTT;
  5. Surat Izin Penelitian dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak sesuai dengan ketentuan yang berlaku.
- Demikian Izin Penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 21 April 2026

a.n. Gubernur Nusa Tenggara Timur  
Kepala Dinas Penanaman Modal  
dan PTSP Provinsi NTT,



Sylvia R. Poku Djawang, SP., MM.  
Pembina Utama Madya  
NIP. 196805121995032003

Tembusan :

1. Gubernur Nusa Tenggara Timur di Kupang,
2. Wakil Gubernur Nusa Tenggara Timur di Kupang
3. Pih Sekretaris Daerah Provinsi Nusa Tenggara Timur di Kupang,
4. Kepala Badan Kesbangpol Provinsi NTT di Kupang,
5. Pimpinan Instansi/Lembaga yang bersangkutan.

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN)

## Lampiran 2. Surat ijin Penelitian



**Kementerian Kesehatan**  
**Direktorat Jenderal**  
**Sumber Daya Manusia Kesehatan**  
Politeknik Kesehatan Kupang  
Jalan Piet A. Tallo, Liliba, Oebobo  
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111  
(0380) 8800256  
<https://www.poltekkeskupang.ac.id>

Nomor : PP.06.02/F.XXIX/3119/2026  
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

17 April 2026

Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan  
Terpadu Satu Pintu Provinsi Nusa Tenggara Timur  
Jalan Basuki Rahmat No.1 Naikolan, Kota Kupang

Dalam rangka penyusunan Karya Tulis Ilmiah bagi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Kupang  
Tahun Akademik 2025/2026, maka mohon kiranya diberikan ijin untuk melakukan penelitian bagi  
mahasiswa :

Nama Peneliti : TESSA KAUNAN OEMATAN  
NIM : PO5303241231299  
Jurusan/Prodi : D-III Gizi  
Judul : Gambaran Asupan Lemak Dan Karbohidrat Serta Profil Lipid  
Darah Di Poli Rawat Jalan Di RSUD SK Letik Kota Kupang  
Tempat : RSUD SK Letik Kota Kupang  
Penelitian :

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Direktur Politeknik Kesehatan  
Kementerian Kesehatan Kupang



Irfan, SKM., M.Kes

"Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>"



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).

### Lampiran 3. Surat Ijin Pengambilan Data Awal



**Kementerian Kesehatan**  
**Direktorat Jenderal**  
**Sumber Daya Manusia Kesehatan**  
Politeknik Kesehatan Kupang  
Jalan Piet A. Tallo, Liliba, Oebobo  
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111  
(0380) 8800256  
<https://www.poltekkeskupang.ac.id>

Nomor : PP.06.02/F.XXIX/1630/2026  
Hal : Permohonan Ijin Pengambilan Data Awal

3 Maret 2026

Yth. Direktur RSUD. SK Lerik Kota Kupang  
Jl. Timor Raya Pasir No. 134 Pasir Panjang, Kota Kupang

Dalam rangka penyusunan Karya Tulis Ilmiah bagi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Kupang Tahun Akademik 2025/2026, maka mohon kiranya diberikan ijin untuk melakukan pengambilan data awal penelitian bagi mahasiswa :

Nama Peneliti : TESSA KAUNAN OEMATAN  
NIM : PO5303241231229  
Jurusan/Prodi : D-III Gizi  
Judul : Asupan Gizi Terstandar pada Penderita Jantung Koroner dengan Hipertensi di RSUD SK Lerik Kota Kupang  
Tempat : RSUD SK Lerik Kota Kupang  
Penelitian  
Data yang : Jumlah Pasien Jantung Koroner Bulan November - Desember  
dibutuhkan : 2025 dan Januari 2026 di RSUD SK Lerik Kota Kupang

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Direktur Politeknik Kesehatan  
Kementerian Kesehatan Kupang



Irfan, SKM., M.Kes

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).

#### Lampiran 4. Dokumentasi Responden





## Lampiran 5. Instrumen TKPI

| CEK KANDUNGAN GIZI          |                             |       |                            |          |         |        |        |       |       |         |          |       |         |        |         |      |         |
|-----------------------------|-----------------------------|-------|----------------------------|----------|---------|--------|--------|-------|-------|---------|----------|-------|---------|--------|---------|------|---------|
| NO                          | NAMA BAHAN                  | BERAT | KOMPOSISI ZAT GIZI MAKANAN |          |         |        |        |       |       |         |          |       |         |        |         |      |         |
|                             |                             |       | AIR                        | ENERGI   | PROTEIN | LEMAK  | KH     | SERAT | ABU   | KALSIUM | FOSFOR   | BESI  | NATRIUM | KALIAM | TEMBAGA | SENG | RETINOL |
|                             |                             |       | g                          | (Kal)    | (g)     | (g)    | (g)    | (g)   | (g)   | (mg)    | (mg)     | (mg)  | (mg)    | (mg)   | (mg)    | (mg) | (mcg)   |
| KEBUTUHAN KLIEN             |                             |       |                            | 2100     | 55      | 45     | 280    |       |       |         |          |       |         |        |         |      |         |
| TOTAL KANDUNGAN             |                             |       | 323.27                     | 2,100.79 | 99.18   | 67.19  | 284.22 | 25.30 | 10.15 | 941.45  | 1,398.76 | 18.39 | 632.49  | 971.28 | 1.82    | 9.97 | 41.12   |
| % KECUKUPAN (Cukup 90-110%) |                             |       |                            | 100.0%   | 180.3%  | 149.3% | 101.5% |       |       |         |          |       |         |        |         |      |         |
| 4                           | Minyak kelapa sawit         | 5     | 0.00                       | 44.20    | 0.00    | 5.00   | 0.00   | 0.00  | 0.00  | 0.00    | 0.00     | 0.00  | 0.00    | 0.00   | 0.00    | 0.00 |         |
| 5                           | Wortel, segar               | 15    | 16.86                      | 6.75     | 0.19    | 0.11   | 1.48   | 0.19  | 0.11  | 8.44    | 13.88    | 0.19  | 13.13   | 45.94  | 0.02    | 0.06 |         |
| 6                           | Buncis, segar               | 15    |                            | 5.67     | 0.40    | 0.05   | 1.20   | 0.32  | 0.08  | 16.83   | 7.00     | 0.12  | 1.33    | 41.67  | 0.02    | 0.05 |         |
| 7                           | Minyak kelapa sawit         | 2.5   | 0.00                       | 22.10    | 0.00    | 2.50   | 0.00   | 0.00  | 0.00  | 0.00    | 0.00     | 0.00  | 0.00    | 0.00   | 0.00    | 0.00 |         |
| 8                           | Roti putih                  | 60    | 24.00                      | 148.80   | 4.80    | 0.72   | 30.00  | 5.46  | 0.48  | 6.00    | 57.00    | 0.90  | 318.00  | 54.60  | 0.12    | 0.54 |         |
| 9                           | Beras ladang, mentah        | 100   | 9.80                       | 376.00   | 7.50    | 3.80   | 78.00  | 5.90  | 0.90  | 20.00   | 110.00   | 0.80  | 10.00   | 70.00  | 0.10    | 1.40 |         |
| 10                          | Tahu, mentah                | 80    | 65.76                      | 64.00    | 8.72    | 3.76   | 0.64   | 0.08  | 1.12  | 178.40  | 146.40   | 2.72  | 1.80    | 40.48  | 0.16    | 0.64 |         |
| 11                          | Tempe kedelai murni, mentah | 50    | 27.65                      | 100.50   | 10.40   | 4.40   | 6.75   | 0.70  | 0.80  | 77.50   | 163.00   | 2.00  | 4.50    | 117.00 | 0.30    | 0.85 |         |
| 12                          | Minyak kelapa sawit         | 5     | 0.00                       | 44.20    | 0.00    | 5.00   | 0.00   | 0.00  | 0.00  | 0.00    | 0.00     | 0.00  | 0.00    | 0.00   | 0.00    | 0.00 |         |
| 13                          | Ikan oci, kembung, segar    | 60    | 53.55                      | 93.75    | 15.98   | 2.55   | 1.65   | 0.00  | 1.28  | 102.00  | 51.75    | 0.60  | 160.50  | 183.75 | 0.15    | 0.83 |         |
| 14                          | Minyak kelapa sawit         | 5     | 0.00                       | 44.20    | 0.00    | 5.00   | 0.00   | 0.00  | 0.00  | 0.00    | 0.00     | 0.00  | 0.00    | 0.00   | 0.00    | 0.00 |         |
| 15                          | Beras ladang, mentah        | 100   | 9.80                       | 376.00   | 7.50    | 3.80   | 78.00  | 5.90  | 0.90  | 20.00   | 110.00   | 0.80  | 10.00   | 70.00  | 0.10    | 1.40 |         |
| 16                          | Telur ayam ras, segar       | 60    | 50.09                      | 103.82   | 8.36    | 7.28   | 0.47   | 0.00  | 0.54  | 57.98   | 173.93   | 2.02  | 95.73   | 79.89  | 0.13    | 0.67 |         |
| 17                          | Minyak kelapa sawit         | 2.5   | 0.00                       | 22.10    | 0.00    | 2.50   | 0.00   | 0.00  | 0.00  | 0.00    | 0.00     | 0.00  | 0.00    | 0.00   | 0.00    | 0.00 |         |
| 18                          | Tahu, mentah                | 80    | 65.76                      | 64.00    | 8.72    | 3.76   | 0.64   | 0.08  | 1.12  | 178.40  | 146.40   | 2.72  | 1.80    | 40.48  | 0.16    | 0.64 |         |
| 19                          | Minyak kelapa sawit         | 5     | 0.00                       | 44.20    | 0.00    | 5.00   | 0.00   | 0.00  | 0.00  | 0.00    | 0.00     | 0.00  | 0.00    | 0.00   | 0.00    | 0.00 |         |

| CEK KANDUNGAN GIZI          |                          |       |                            |          |         |        |        |       |      |         |        |      |         |          |         |      |         |
|-----------------------------|--------------------------|-------|----------------------------|----------|---------|--------|--------|-------|------|---------|--------|------|---------|----------|---------|------|---------|
| NO                          | NAMA BAHAN               | BERAT | KOMPOSISI ZAT GIZI MAKANAN |          |         |        |        |       |      |         |        |      |         |          |         |      |         |
|                             |                          |       | AIR                        | ENERGI   | PROTEIN | LEMAK  | KH     | SERAT | ABU  | KALSIUM | FOSFOR | BESI | NATRIUM | KALSIUM  | TEMBAGA | SENG | RETINOL |
|                             |                          |       | g                          | (Kal)    | (g)     | (g)    | (g)    | (g)   | (g)  | (mg)    | (mg)   | (mg) | (mg)    | (mg)     | (mg)    | (mg) | (mcg)   |
| KEBUTUHAN KLIEN             |                          |       |                            | 2100     | 55      | 45     | 280    |       |      |         |        |      |         |          |         |      |         |
| TOTAL KANDUNGAN             |                          |       | 388.38                     | 2,359.11 | 103.72  | 104.92 | 252.37 | 19.32 | 9.63 | 400.80  | 986.26 | 8.54 | 674.48  | 1,965.90 | 1.06    | 7.46 | 633.62  |
| % KECUKUPAN (Cukup 90-110%) |                          |       |                            | 112.3%   | 188.6%  | 233.2% | 90.1%  |       |      |         |        |      |         |          |         |      |         |
| 1                           | Beras ladang, mentah     | 25    |                            | 94.00    | 1.88    | 0.95   | 19.50  | 1.48  | 0.23 | 5.00    | 27.50  | 0.20 | 2.50    | 17.50    | 0.03    | 0.35 | 0.00    |
| 2                           | Pepaya muda, segar       | 50    |                            | 22.31    | 1.62    | 0.08   | 3.77   | 1.62  | 0.46 | 38.46   | 12.31  | 0.31 | 16.92   | 162.46   | 0.00    | 0.00 | 0.00    |
| 3                           | Ikan oci, kembung, segar | 60    |                            | 93.75    | 15.98   | 2.55   | 1.65   | 0.00  | 1.28 | 102.00  | 51.75  | 0.60 | 160.50  | 183.75   | 0.15    | 0.83 | 0.00    |
| 4                           | Minyak kelapa sawit      | 5     | 0.00                       | 44.20    | 0.00    | 5.00   | 0.00   | 0.00  | 0.00 | 0.00    | 0.00   | 0.00 | 0.00    | 0.00     | 0.00    | 0.00 | 0.00    |
| 5                           | Ayam, daging, segar      | 50    | 48.19                      | 256.90   | 15.69   | 21.55  | 0.00   | 0.00  | 0.78 | 12.07   | 172.41 | 1.29 | 93.97   | 332.67   | 0.09    | 0.52 | 211.21  |
| 6                           | Tepung terigu            | 15    |                            | 49.95    | 1.35    | 0.15   | 11.58  | 0.05  | 0.15 | 3.30    | 22.50  | 0.20 | 0.30    | 0.00     | 0.00    | 0.42 | 0.00    |
| 7                           | Minyak kelapa sawit      | 5     | 0.00                       | 44.20    | 0.00    | 5.00   | 0.00   | 0.00  | 0.00 | 0.00    | 0.00   | 0.00 | 0.00    | 0.00     | 0.00    | 0.00 | 0.00    |
| 8                           | Pisang ambon, segar      | 100   | 97.20                      | 144.00   | 1.33    | 1.07   | 32.40  | 2.53  | 1.33 | 26.67   | 40.00  | 0.27 | 13.33   | 0.00     | 0.27    | 0.27 | 0.00    |
| 9                           | Beras ladang, mentah     | 100   | 9.80                       | 376.00   | 7.50    | 3.80   | 78.00  | 5.90  | 0.90 | 20.00   | 110.00 | 0.80 | 10.00   | 70.00    | 0.10    | 1.40 | 0.00    |
| 10                          | Pepaya muda, segar       | 50    | 71.00                      | 22.31    | 1.62    | 0.08   | 3.77   | 1.62  | 0.46 | 38.46   | 12.31  | 0.31 | 16.92   | 162.46   | 0.00    | 0.00 | 0.00    |
| 11                          | Ikan oci, kembung, segar | 60    | 53.55                      | 93.75    | 15.98   | 2.55   | 1.65   | 0.00  | 1.28 | 102.00  | 51.75  | 0.60 | 160.50  | 183.75   | 0.15    | 0.83 | 0.00    |
| 12                          | Minyak kelapa sawit      | 5     | 0.00                       | 44.20    | 0.00    | 5.00   | 0.00   | 0.00  | 0.00 | 0.00    | 0.00   | 0.00 | 0.00    | 0.00     | 0.00    | 0.00 | 0.00    |
| 13                          | Ayam, daging, segar      | 50    | 48.19                      | 256.90   | 15.69   | 21.55  | 0.00   | 0.00  | 0.78 | 12.07   | 172.41 | 1.29 | 93.97   | 332.67   | 0.09    | 0.52 | 211.21  |
| 14                          | Tepung terigu            | 15    | 1.77                       | 49.95    | 1.35    | 0.15   | 11.58  | 0.05  | 0.15 | 3.30    | 22.50  | 0.20 | 0.30    | 0.00     | 0.00    | 0.42 | 0.00    |
| 15                          | Minyak kelapa sawit      | 5     | 0.00                       | 44.20    | 0.00    | 5.00   | 0.00   | 0.00  | 0.00 | 0.00    | 0.00   | 0.00 | 0.00    | 0.00     | 0.00    | 0.00 | 0.00    |
| 16                          | Teh hijau daun kering    | 2     | 0.15                       | 6.00     | 0.57    | 0.10   | 1.07   | 0.19  | 0.11 | 4.90    | 8.30   | 0.38 | 1.20    | 117.48   | 0.01    | 0.06 | 0.00    |
| 17                          | Gula putih               | 10    | 0.54                       | 39.40    | 0.00    | 0.00   | 9.40   | 0.00  | 0.06 | 0.50    | 0.10   | 0.01 | 0.10    | 0.48     | 0.00    | 0.00 | 0.00    |
| 18                          | Beras ladang, mentah     | 100   | 9.80                       | 376.00   | 7.50    | 3.80   | 78.00  | 5.90  | 0.90 | 20.00   | 110.00 | 0.80 | 10.00   | 70.00    | 0.10    | 1.40 | 0.00    |
| 19                          | Ayam, daging, segar      | 50    | 48.19                      | 256.90   | 15.69   | 21.55  | 0.00   | 0.00  | 0.78 | 12.07   | 172.41 | 1.29 | 93.97   | 332.67   | 0.09    | 0.52 | 211.21  |
| 20                          | Minyak kelapa sawit      | 5     | 0.00                       | 44.20    | 0.00    | 5.00   | 0.00   | 0.00  | 0.00 | 0.00    | 0.00   | 0.00 | 0.00    | 0.00     | 0.00    | 0.00 | 0.00    |

Lampiran 6. Hasil Uji Statistik Univariat

**Asupan Lemak**

**VAR00002**

|               | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Defisit | 29        | 69,0    | 69,0          | 69,0               |
| Lebih         | 4         | 9,5     | 9,5           | 78,6               |
| Normal        | 9         | 21,4    | 21,4          | 100,0              |
| Total         | 42        | 100,0   | 100,0         |                    |

**Asupan Karbohidrat**

**VAR00001**

|               | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Defisit | 26        | 61,9    | 61,9          | 61,9               |
| Lebih         | 5         | 11,9    | 11,9          | 73,8               |
| Normal        | 11        | 26,2    | 26,2          | 100,0              |
| Total         | 42        | 100,0   | 100,0         |                    |

**Asupan LDL**

**VAR00001**

|              | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|--------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Normal | 37        | 88.1    | 88.1          | 88.1               |
| Tinggi       | 5         | 11.9    | 11.9          | 100.0              |
| Total        | 42        | 100.0   | 100.0         |                    |

## Lampiran 7. Leaflet

### LEAFLET PENYAKIT JANTUNG

NAMA : TESSAK OEMATANI  
NIM : P05203241231299

*"Sehatkan Jantung Anda dengan mengonsumsi makanan dan minuman sesuai kebutuhan, lakukan aktivitas fisik sesuai kondisi serta berhenti merokok"*

#### APA ITU PENYAKIT JANTUNG KORONER?

Penyakit jantung koroner adalah penyakit akibat penyempitan atau penyumbatan pembuluh darah jantung karena penumpukan lemak atau kolesterol. Akibatnya, aliran darah ke jantung berkurang sehingga dapat menyebabkan nyeri dada, sesak napas, hingga serangan jantung.

#### FAKTOR RISIKO PENYAKIT JANTUNG

- Tekanan darah tinggi
- Kolesterol tinggi
- Diabetes melitus
- Merokok
- Kurang aktivitas fisik
- Konsumsi makanan tinggi lemak dan garam
- Stres berlebihan
- Obesitas

#### ANJURAN POLA MAKAN SEHAT

- Rendah lemak jenuh dan kolesterol
- Tinggi serat
- Rendah garam
- Cukup buah dan sayur
- Protein rendah lemak

#### TUJUAN DARI PENGATURAN MAKAN PADA PASIEN JANTUNG KORONER

- Menjaga kesehatan jantung
- Mengontrol kadar kolesterol dan tekanan darah
- Mengurangi penumpukan lemak pada pembuluh darah
- Menjaga berat badan ideal

#### CONTOH MAKANAN YANG DI ANJURKAN

- Nasi, ubi, kentang, oatmeal
- Ikan, ayam tanpa kulit, tahu, tempe
- Sayur hijau dan buah segar
- Susu rendah lemak
- Kacang-kacangan secukupnya



### Gaya Hidup Sehat

- Berolahraga ringan secara rutin (jalan kaki, senam)
- Berhenti merokok
- Istirahat cukup
- Kelola stres dengan baik
- Minum obat sesuai anjuran dokter
- Kontrol kesehatan secara rutin



*"Jantung sehat dimulai dari pola makan sehat dan gaya hidup aktif."  
Jaga pola makan, rutin kontrol, dan konsumsi obat sesuai anjuran tenaga kesehatan."*

Lampiran 8. Data Identitas Pasien

|                      |  |
|----------------------|--|
| <b>Nama</b>          |  |
| <b>Jenis kelamin</b> |  |
| <b>Umur</b>          |  |
| <b>Pekerjaan</b>     |  |
| <b>Alamat</b>        |  |
| <b>Berat badan</b>   |  |
| <b>Tinggi badan</b>  |  |

## Lampiran 9. Recall

| Waktu | Menu                 | Metode masak | Rincian bahan makanan (termasuk merk) | Jumlah makanan yang dikonsumsi |       |
|-------|----------------------|--------------|---------------------------------------|--------------------------------|-------|
|       |                      |              |                                       | U/RT                           | Gram  |
| Pagi  | P nasi               | Tumis        |                                       | 1 Porti                        | 200g  |
|       | Tahu                 |              |                                       | 2 Piring                       | 80gr  |
|       | Tempe                |              |                                       | 2 sdm                          | 50gr  |
|       | Wortel + buncis      |              |                                       | 2 sdm                          | 15gr  |
| Siang | Ravi telur           | goreng       |                                       | 2 Piring                       | 80gr  |
|       | nasi                 |              |                                       | 1 Porti                        | 200gr |
|       | Tahu                 |              |                                       | 2 Piring                       | 80gr  |
|       | Tempe                |              |                                       | 2 Piring                       | 80gr  |
| Malam | Ikan goreng (kemung) | goreng       |                                       | 1 Piring                       | 60gr  |
|       | nasi                 |              |                                       | 1 Porti                        | 200gr |
|       | Telur goreng         |              |                                       | 1 bh                           | 60gr  |
|       | Tahu                 |              |                                       | 2 Piring                       | 80gr  |

| Waktu | Menu            | Metode masak | Rincian bahan makanan (termasuk merk) | Jumlah makanan yang dikonsumsi |       |
|-------|-----------------|--------------|---------------------------------------|--------------------------------|-------|
|       |                 |              |                                       | U/RT                           | Gram  |
| Pagi  | butur           | goreng       |                                       | 2 Camleng                      | 100g  |
|       | Rek banyu Badas |              |                                       | 1 Piring                       | 50gr  |
|       | Ikan goreng     |              |                                       | 1 Piring                       | 60gr  |
|       | ayam goreng     |              |                                       | 1 Piring                       | 60gr  |
| Siang | Pisang Ambon    | goreng       |                                       | 1 bh                           | 100gr |
|       | - II - nasi     |              |                                       | 1 Porti                        | 200gr |
|       | Tahu            |              |                                       | 1 grs                          | 10gr  |
|       | nasi            |              |                                       | 1 mangkuk                      | 200gr |
| Malam | ayam goreng     | goreng       |                                       | 1                              | 60gr  |
|       |                 |              |                                       |                                |       |

Lampiran 10. Form Food Frequency Quesionnai

Nama : TTL :  
 Umur : Jenis Kelamin :  
 Alamat : Hari/Tanggal :

| No | Bahan Makanan        | Satu Porsi | Frekuensi Konsumsi ( Skor Konsumsi Pangan ) |             |                 |                 |                | Tidak pernah |
|----|----------------------|------------|---------------------------------------------|-------------|-----------------|-----------------|----------------|--------------|
|    |                      |            | >3 kali/hari                                | 1 kali/hari | 3-6 kali/minggu | 1-2 kali/minggu | 2 kali sebulan |              |
|    | <b>Makanan Pokok</b> |            |                                             |             |                 |                 |                |              |
|    | Nasi                 |            |                                             |             |                 |                 |                |              |
|    | Biskuit              |            |                                             |             |                 |                 |                |              |
|    | Jagung segar         |            |                                             |             |                 |                 |                |              |
|    | Kentang              |            |                                             |             |                 |                 |                |              |
|    | Mie basah            |            |                                             |             |                 |                 |                |              |
|    | Mie kering           |            |                                             |             |                 |                 |                |              |
|    | Roti putih           |            |                                             |             |                 |                 |                |              |
|    | Singkong             |            |                                             |             |                 |                 |                |              |
|    | Sukun                |            |                                             |             |                 |                 |                |              |
|    | Tape beras ketan     |            |                                             |             |                 |                 |                |              |
|    | <b>Lauk Hewani</b>   |            |                                             |             |                 |                 |                |              |
|    | Daging sapi          |            |                                             |             |                 |                 |                |              |

|  |                     |  |  |  |  |  |  |  |
|--|---------------------|--|--|--|--|--|--|--|
|  | Daging ayam         |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Ikan segar          |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Ikan kering         |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Telur ayam          |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Udang bas           |  |  |  |  |  |  |  |
|  | <b>Lauk Nabati</b>  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Kacang hijau        |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Kacang kedele       |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Kacang merah        |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Kacang mete         |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Tahu                |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Tempe               |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Kacang tanah        |  |  |  |  |  |  |  |
|  | <b>Sayuran</b>      |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Bayam               |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Kangkung            |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Sawi                |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Daun singkong       |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Terong              |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Kelor               |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Kacang panjang      |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Buncis              |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Labu siam           |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Wortel              |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Tomat               |  |  |  |  |  |  |  |
|  | <b>Buah- buahan</b> |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Jeruk               |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Jambu biji          |  |  |  |  |  |  |  |

|  |                  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|------------------|--|--|--|--|--|--|--|
|  | Anggur           |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Alpukat          |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Mangga           |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Nenas            |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Pepaya           |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Pisang           |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Salak            |  |  |  |  |  |  |  |
|  | <b>Lain-lain</b> |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Teh manis        |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Kopi             |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Garam            |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Gula             |  |  |  |  |  |  |  |
|  | kecap            |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Agar-agar        |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Madu             |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Gula pasir       |  |  |  |  |  |  |  |

Lampiran 11. Surat Permohonan Menjadi Responden

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**



**BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN**

**SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN**

**POLITEKNIK KESEHATAN KUPANG**

Direktorat: Jln. Piet A. Tallo Liliba – Kupang, Telp.: (0380) 8800256;

Fax (0380) 8800256; Email: [poltekkeskupang@yahoo.com](mailto:poltekkeskupang@yahoo.com)



---

**SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :  
Alamat :  
Umur :  
No Hp :

Menyatakan bersedia menjadi responden pada penelitian yang di lakukan oleh :

Nama : Tessa Kaunan Oematan  
Nim : PO5303241231299  
Program Studi : D-III Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang  
Judul Penelitian : Gamabarn Asupan Lemak Dan Karbohidrat Serta Profil Lipid Darah Pada Pasien Jantung Koroner Di Poli Rawat Jalandi RSUD S.K Lerik Kupang

Saya akan bersedia untuk di lakukan pengukuran dan penimbangan demi kepentingan penelitian. Dengan ketentuan, hasil pemeriksaan akan di rahasiakan dan hanya semata-mata untuk kepentingan ilmu pengetahuan.

Demikian surat pernyataan ini saya sampaikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya saya ucapkan terimakasih.

Kupang, 2026  
Responden

(.....)

## Lampiran 12. Surat Keterangan Layak Etik

**KETERANGAN LAYAK ETIK**  
*DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL*  
"ETHICAL APPROVAL"

No.LB.02.03/1/0197/2026

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :  
*The research protocol proposed by*

Peneliti utama : Tessa Kaunan Oematan  
*Principal In Investigator*

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Kupang  
*Name of the Institution*

Dengan judul:  
*Title*

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

*"A DESCRIPTION OF FAT AND CARBOHYDRATE INTAKE AND BLOOD LIPID PROFILE IN CORONARY HEART  
DEATH PATIENTS IN THE OUTPATIENT CENTER OF S.K. LERIK REGIONAL HOSPITAL, KUPANG CITY"*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.*

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 18 Mei 2026 sampai dengan tanggal 18 Mei 2027.

*This declaration of ethics applies during the period May 18, 2026 until May 18, 2027.*

May 18, 2026  
Chairperson,



Dr. Yuanita Clara Luhi Rogaleli, S.Si, M.Kes

### Lampiran 13. Surat Selesai Penelitian



**PEMERINTAH KOTA KUPANG  
DINAS KESEHATAN  
RSUD S. K. LERIK**

Jl. Timor Raya - No. 134 - Pasir Panjang  
☎ Telp./Fax. (0380) 824157 | ✉ e-mail : rsudsklerik.pemkotkupang@gmail.com

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : B-808/ RSUD.SKL.400.7.22.1/VII/2026

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yenny Donna E. Rumiyanto, S.Sos  
NIP : 19720511 199603 2 008  
Pangkat/Gol : Penata Tingkat I /III/d  
Jabatan : Kepala Bagian Tata Usaha  
Unit Kerja : RSUD S. K. Lerik Kota Kupang

Menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama : Tessa Kaunan Oematan  
NIM : PO5303241231299  
Judul Penelitian : "GAMBARAN ASUPAN LEMAK DAN KARBOHIDRAT  
SERTA PROFIL LIPID DARAH PADA PASIEN JANTUNG  
KORONER DI POLI RAWAT JALAN DI RSUD S.K. LERIK  
KOTA KUPANG"  
Fak./Jurusan : D-III Gizi  
Universitas/PT : POLTEKES KEMENKES KUPANG

yang bersangkutan benar telah melakukan Penelitian di RSUD S.K. Lerik Kota Kupang terhitung tanggal 13 Mei 2026 s/d tanggal 04 Juni 2026.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 10 Juli 2026

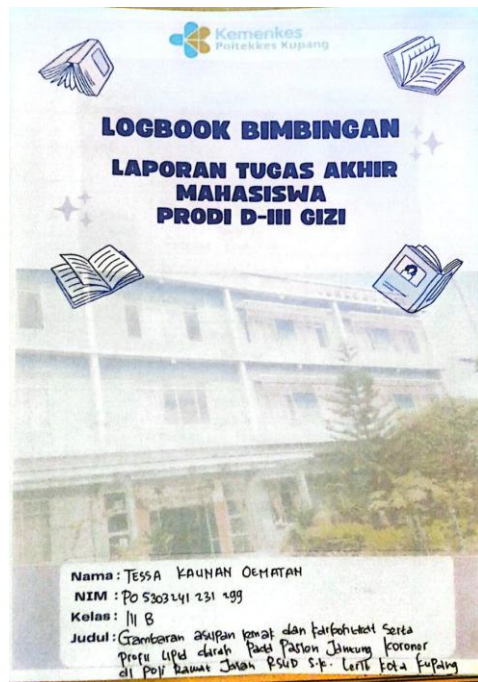
An. Direktur RSUD S. K. Lerik  
Kepala Bagian Tata Usaha

Yenny Donna E. Rumiyanto, S.Sos  
NIP. 19720511 199603 2 008

## Lampiran 14. Surat Keterangan Hasil Cek Plagiat

|                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                        | <b>Kementerian Kesehatan</b><br><b>Poltekkes Kupang</b><br>Jalan Piet A. Tallo, Liliha, Oebobo,<br>Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111<br>(0380) 8000256<br><a href="https://poltekkeskupang.ac.id">https://poltekkeskupang.ac.id</a> |
| <b>PERPUSTAKAAN TERPADU</b>                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                     |
| <a href="https://perpus-terpadu.poltekkeskupang.ac.id/">https://perpus-terpadu.poltekkeskupang.ac.id/</a> ; e-mail: <a href="mailto:perpustakaanterpadu61@gmail.com">perpustakaanterpadu61@gmail.com</a>                                                |                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>SURAT KETERANGAN HASIL CEK PLAGIASI</b>                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                     |
| <br>                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                     |
| Dengan ini menerangkan bahwa                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                     |
| Nama                                                                                                                                                                                                                                                    | : Tessa Kaunan Oematan                                                                                                                                                                                                              |
| Nomor Induk Mahasiswa                                                                                                                                                                                                                                   | : PO5303241231299                                                                                                                                                                                                                   |
| Dosen Pembimbing                                                                                                                                                                                                                                        | : Regina Maria Boro. DCN.,M.Kes                                                                                                                                                                                                     |
| Penguji                                                                                                                                                                                                                                                 | : Dr.Putu Amrytha Sanjiwani, S.Gz.,M.Gizi                                                                                                                                                                                           |
| Jurusan                                                                                                                                                                                                                                                 | : Program Studi D-III Gizi                                                                                                                                                                                                          |
| Judul Karya Ilmiah                                                                                                                                                                                                                                      | : Gambaran Asupan Lemak Dan Karbohidrat Serta Profil Lipid Darah Pada Pasien Jantung Koroner Di Poli Rawat Jalan Di Rsud S.K Lerik Kota Kupang                                                                                      |
| <b>Laporan Tugas Akhir</b> yang bersangkutan di atas telah melalui proses cek plagiasi menggunakan Strike Plagiarism dengan hasil kemiripan (similarity) sebesar 11% Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. |                                                                                                                                                                                                                                     |
| <br>                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                     |
| Kupang, 19 Agustus 2026<br>Admin-Strike Plagiarism<br><br>Mury Jermias Kale SST<br>NIP. 198507042010121002                                                          |                                                                                                                                                                                                                                     |

## Lampiran 15. Loogbook



|                 |                                                                                                                                                 |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nama Mahasiswa  | : TESSA K. OEHATAN                                                                                                                              |
| NIM             | : PO 5303241 231299                                                                                                                             |
| Nama Pembimbing | : Regina Maria Boro, DcN. M.Kes                                                                                                                 |
| Judul LTA       | : Gambaran asupan lemak dan karbohidrat serta profil lipid darah pada pasien Jantung Koroner di Poli Rawat Jalan Di RSUD S.K. Liris Kota Kupang |

| No | Waktu Konsultasi  | Kegiatan / Materi Konsultasi                                       | Tanda Tangan Pembimbing |
|----|-------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| 1  | 30. Januari 2016  | Membahas masalah dan Menentukan Judul                              |                         |
| 2  | 17. Februari 2016 | Membahas format latar belakang, kerangka teori dan kerangka konsep |                         |
| 3  | 10. Februari 2016 | Konfer BAB I, II, III                                              |                         |
| 4  | 30. Maret 2016    | Konfer BAB I, II, III kerangka konsep dan teori                    |                         |

| No | Waktu Konsultasi | Kegiatan / Materi Konsultasi                     | Tanda Tangan Pembimbing |
|----|------------------|--------------------------------------------------|-------------------------|
| 5  | 8 Maret 2016     | Konfer BAB I, II, III                            |                         |
| 6  | 31. Maret 2016   | ACC BAB I, BAB II, BAB III Proposal Penelitian.  |                         |
| 7  | 08 Juni 2016     | Konfer Master Tabel                              |                         |
| 8  | 15. Juni 2016    | Konfer BAB IV dan BAB V                          |                         |
| 9  | 17. Juni 2016    | Konfer BAB IV dan BAB V Perbaikan Pembahasan     |                         |
| 10 | 18. Juni 2016    | Konfer BAB IV dan BAB V, Perbaikan bab IV dan V. |                         |

| No | Waktu Konsultasi | Kegiatan / Materi Konsultasi            | Tanda Tangan Pembimbing |
|----|------------------|-----------------------------------------|-------------------------|
| 11 | 19 Juni 2016     | Konfer bagian Pembahasan pada bab IV    |                         |
| 12 | 20 Juni 2016     | Konfer BAB I sampai BAB V. dan lampiran |                         |
| 13 | 21 Juni 2016     | ACC Laporan Tugas Akhir                 |                         |
|    |                  |                                         |                         |
|    |                  |                                         |                         |
|    |                  |                                         |                         |