

LAPORAN TUGAS AKHIR

**HUBUNGAN ASUPAN LEMAK, DENGAN KADAR
KOLESTEROL LDL PADA PASIEN PENYAKIT JANTUNG
KORONER (PJK) RAWAT INAP DI RSUD PROF. Dr. W. Z
JOHANES KUPANG**



DISUSUN

DESIKA NATALIA DA COSTA
PO5303241221072

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KEMENKES POLEKKES KUPANG
PROGRAM STUDI DIH GIZI
2025**

HALAMAN PERSYARATAN GELAR

**HUBUNGAN ASUPAN LEMAK, DENGAN KADAR KOLESTEROL LDL
PADA PASIEN PENYAKIT JANTUNG KORONER (PJK) RAWAT INAP
DI RSUD PROF. Dr. W. Z JOHANES KUPANG**

DISUSUN

DESIKA NATALIA DA COSTA

PO5303241221072

LAPORAN TUGAS AKHIR

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Gizi
Tahun Akademik 2025**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI D-III GIZI
ANGKATAN XVII
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

LAPORAN TUGAS AKHIR

**HUBUNGAN ASUPAN LEMAK, DENGAN KADAR KOLESTEROL LDL
PADA PASIEN PENYAKIT JANTUNG KORONER (PJK) RAWAT INAP
DI RSUD PROF. Dr. W. Z JOHANES KUPANG**

Disusun oleh
DESIKA NATALIA DA COSTA
PO5303241221072

Diterima dan disetujui untuk diseminarkan
Menyetujui

Pembimbing



Anak Agung Ayu Mirah Adi, SKM, M.Kes
NIP.197404161998032001

Mengetahui

**Ketua Jurusan Gizi
Kemenkes Poltekkes Kupang**



Juni Gressilda L. Sine, S.TP, M.Kes
NIP.198006012009122001

HALAMAN PERNGESAHAN

LAPORAN TUGAS AKHIR

**HUBUNGAN ASUPAN LEMAK, DENGAN KADAR KOLESTEROL LDL
PADA PASIEN PENYAKIT JANTUNG KORONER (PJK) RAWAT INAP
DI RSUD PROF. Dr. W. Z JOHANES KUPANG**

Disusun

Desika N. Da Costa
PO5303241221072

Telah Mendapat Persetujuan

Penguji I



Regina Marja Boro DCN, M. Kes

NIP: 196504011989032001

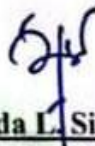
Penguji II



Anak Agung Ayu Mirah Adi, SKM, M. Kes

NIP: 197404161998032001

Mengetahui
Ketua Prodi Gizi
Kemenkes Poltekkes Kupang



Juni Gressilda L. Sine, STP., M. Kes

NIP. 198006012009122011

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Desika N. Da Costa

Nim : PO5303241221072

Angkatan :XVII

Prodi : Diploma III

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan Laporan Tugas Akhir saya yang berjudul:

“HUBUNGAN ASUPAN LEMAK, DENGAN KADAR KOLESTEROL LDL PADA PASIEN PENYAKIT JANTUNG KORONER (PJK) RAWAT INAP DI RSUD PROF. Dr. W. Z JOHANES KUPANG”

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan saya buat dengan sebenar-benarnya.

Kupang, 2 Oktober 2025

Yang membuat pernyataan



Desika N. Da Costa

BIODATA PENULIS



Nama : Desika Natalia Da Costa
Tempat/Tanggal Lahir : SOE, 29 Desember 2003
Agama : Kristen Katolik
Alamat : Tanah Merah

Riwayat Pendidikan

1. Pada Tahun 2008-2010 Menjalani Pendidikan di Sinar Pancasila
2. Pada Tahun 2010-2016 Menjalani Pendidikan di SD Inpres Nifuboko
3. Pada Tahun 2016-2019 Menjalani Pendidikan di SMP Negeri 3 Soe
4. Pada Tahun 2019-2022 Menjalani Pendidikan di SMA Negeri 1 Soe
5. Pada tahun 2022-2025 Menjalani Pendidikan D-III Gizi di Kemenkes Poltekkes Kupang

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Berbagai cobaan dan hal yang buat kau ragu, jadikan percikan tuk menmpa tekad mu, jalan jalan hidupmu hanya milik mu sendiri, rasakan nikmatnya hidup mu hari ini”

(Baskara Putra-Hindia)

“Hidup bukan saling mendahului, bermimpilah sendiri-sendiri”

(Baskara Putra-Hindia)

“Walaupun terlahir bukan dari kedua orang tua yang mempunyai gelar sarjana, tapi Puji Tuhan beta bisa dapat gelar A.Md. Gz”

(Penulis)

PERSEMBAHAN

Dengan ini penulis persembahkan dengan penuh rasa bangga dan cinta yang tulus kepada orang-orang terkasih yang telah mendukung Penulis dengan caranya masing-masing :

1. Tuhan Yesus Kristus yang oleh karena berkat, kebaikan, anugerah dan kasi setia-Nya dalam hidup penulis, sehingga penulis mampu menyelesaikan LTA ini dengan baik.
2. Cinta pertama dan panutannya beta, Bapa Justino Da Costa dan Mama Emilia Dos Santos. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan bangku perkuliahan, namun mereka berdua mampu senan tiasa memberikan perhatian yang terbaik, tidak kenal lelah berkerja, mendoakan serta memberikan perhatian yang terbaik, tak kenal lelah berkerja, mendoakan serta memberikan perhatian dan dukungan hingga beta mampu menyelesaikan studi sampai mendapatkan gelar. Semoga Bapa dan Mama selalu sehat, panjang umur dan bahagia selalu.
3. Keempat saudara terkasih, Fina Da Costa, Mersikus Da Costa, Jalusia Da Costa, Febriana Da Costa. Terimakasih sudah ikut serta dalam proses menempuh Pendidikan selama ini, terimakasih atas semangat, doa, dan cinta yang selalu diberikan kepada penulis.
4. Sahabat-sahabat tersayang, Asriani Blegur, Chatlyne Lebulan, Florensia Butar Butar, Novilia Mari dan sahabat penulis dari masa kecil dari Tk-Kuliah Niken Nuban, Angel Bani. Terima kasih telah mendukung sipendek, kecil, dan imut

ini dengan selalu memberikan semangat dan kata-kata penguatan dalam menyelesaikan LTA ini, *Love You Guysss!!!*.

5. Desika Natalia Da Costa, *last but not least*. Ya! beta punya Diri sendiri, apresiasi sebesar-besarnya karena sudah mau menepikan ego, memilih bangkit dan memutuskan untuk tidak menyerah dalam melalui banyak hal bertanggung jawab menyelesaikan apa yang telah dimulai walupun bukan pilihan masuk ini jurusan. Terima kasih sudah terus berusaha dan tidak menyerah dalam situasi apapun, serta menikmati seluruh prosesnya untuk sampai di ini titik.

ABSTRAK

HUBUNGAN ASUPAN LEMAK, DENGAN KADAR KOLESTEROL LDL PADA PASIEN PENYAKIT JANTUNG KORONER (PJK) RAWAT INAP DI RSUD PROF. Dr. W. Z JOHANES KUPANG

Desika Natalia Da Costa

(Dibimbing oleh Anak Agung Ayu Adi, SKM, M.Kes)

natalia429@gmail.com

Latar Belakang: Secara global maupun di Indonesia, penyakit jantung koroner (PJK) masih menjadi salah satu penyebab utama kematian. Konsumsi lemak yang berlebihan terbukti dapat meningkatkan kadar kolesterol LDL, yang terlibat dalam mekanisme aterosklerosis dan berperan sebagai faktor risiko PJK.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara asupan lemak dengan kadar kolesterol LDL pada pasien PJK rawat inap di RSUD Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang.

Metode: Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 30 pasien PJK yang ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*. Informasi mengenai asupan lemak dikumpulkan melalui *recall* 1x24 jam dan diolah menggunakan perangkat lunak CD Menu, sementara kadar LDL diperoleh dari data rekam medis. Analisis hubungan antar variabel dilakukan dengan uji Chi-square pada tingkat kepercayaan 95%.

Hasil: Mayoritas responden berusia 50–64 tahun (43,8%) dan berjenis kelamin laki-laki (53,3%). Asupan lemak terbanyak berada pada kategori normal (33,3%), sedangkan kadar LDL terbanyak berada pada kategori tinggi (60%). Hasil uji *Chi-square* menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara asupan lemak dengan kadar kolesterol LDL ($p=0,783$).

Kesimpulan: Pada pasien PJK rawat inap di RSUD Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang, penelitian ini menemukan bahwa asupan lemak tidak berkorelasi secara signifikan dengan kadar kolesterol LDL. Variasi kadar LDL diduga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, termasuk genetik, aktivitas fisik, penggunaan obat, serta penyakit penyerta.

Kata kunci: penyakit jantung koroner, asupan lemak, kolesterol LDL, *cross sectional*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya. Berkat pertolongan-Nya, penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir berjudul “Hubungan Asupan Lemak dengan Kadar Kolesterol LDL pada Pasien Penyakit Jantung Koroner (PJK) Rawat Inap di RSUD Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang”. Penyusunan laporan tugas akhir ini merupakan bagian dari persyaratan akademik yang wajib dipenuhi guna menyelesaikan studi pada Program Studi DIII Politeknik Kemenkes Kupang.

1. Anak Agung Ayu Mirah Adi, SKM,M.Kes, selaku dosen pembimbing yang sudah banyak membantu dan mendorong dalam penulisan proposal penelitian ini.
2. Regina Maria Boro, DCN, M.Kes, selaku penguji satu yang sudah banyak membantu dan mendorong dalam penulisan proposal penelitian ini.
3. Bapak/Ibu dosen program studi D3 Gizi yang sudah ikut serta membantu dalam proses penyusunan proposal penelitian ini.
4. Bapak, Mama, Kakak-Adik, dan semua keluarga besar yang selalu mendoakan dan mendukung serta membantu dalam hal apapun.
5. Teman-teman gizi angkatan 17 terkhususnya kelas A atas bantuannya dalam penyusunan sampai dengan terselesainya proposal penelitian ini. Dengan penuh kesadaran, penulis mengakui bahwa proposal penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan dan terdapat berbagai kekurangan. Untuk itu, penulis berharap adanya kritik serta masukan yang bersifat membangun dari pembaca.

Kupang, 23 Januari 2025

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSYARATAN GELAR.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
BIODATA PENULIS.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	2
C. Tujuan.....	2
D. Manfaat Penelitian.....	3
E. Keaslian Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Pengertian Penyakit Jantung Koroner.....	6
B. Etiologi.....	6
C. Patofisiologi.....	7
D. Faktor Resiko.....	7
E. Penatalaksanaan Diet.....	8
F. Asupan Lemak.....	10
G. Kolesterol LDL.....	10
H. Kerangka Teori.....	13
I. Kerangka Konsep.....	14
J. Variabel Penelitian.....	14
K. Hipotesis Penelitian.....	14

BAB III METODE PENELITIAN.....	15
A. Jenis dan Desain Penelitian	15
B. Tempat dan Waktu Penelitian	15
C. Populasi dan Sampel	15
D. Definisi Operasional.....	16
E. Instrumen Penelitian.....	16
F. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	18
G. Pengolahan Data.....	18
H. Analisis Penyajian Data.....	19
I. Informed Constant	20
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	22
A. HASIL	22
B. PEMBAHASAN	26
BAB V PENUTUP.....	30
A. Kesimpulan.....	30
B. Saran	30
DAFTAR PUSTAKA	31
LAMPIRAN.....	35

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	4
Tabel 2. Kadar LDL dalam darah	12
Tabel 3. Definisi operasional	16
Tabel 4. Karakteristik responden berdasarkan umur.....	22
Tabel 5. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin.....	22
Tabel 6. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan	23
Tabel 7. Asupan lemak.....	23
Tabel 8. Kadar kolesterol LDL	24
Tabel 9. Hasil Uji Chi Square Hubungan Asupan Lemak dengan Kadar Kolesterol LDL.....	24

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori.....	13
Gambar 2. Kerangka Konsep	14

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin penelitian.....	35
Lampiran 2. <i>Informed Consent</i>	36
Lampiran 3. Hasil Pengumpulan Data	37
Lampiran 4. Hasil Recall.....	38
Lampiran 5. Dokumentasi Wawancara	39
Lampiran 6. Surat Layak Etik	40
Lampiran 7. Keterangan Selesai Penelitian	41
Lampiran 8. Master Tabel	42
Lampiran 9. <i>Logbook</i> Bimbingan	43
Lampiran 10. Keterangan Bebas Plagiasi	44