

LAMPIRAN

Lampiran 1. Jurnal Asupan Lemak terhadap Kadar Kolesterol (Sari, 2019)

HUBUNGAN ASUPAN KARBOHIDRAT, LEMAK, DAN KOLESTEROL DENGAN KADAR KOLESTEROL DARAH PADA PASIEN JANTUNG KORONER DI RAWAT JALAN RSUD DR. MOEWARDI

Abstrak

Penyakit Jantung Koroner (PJK) merupakan gangguan yang disebabkan oleh penyumbatan pembuluh arteri koroner. PJK memiliki dua jenis faktor resiko yaitu faktor resiko yang tidak dapat diubah dan faktor risiko yang dapat diubah. Untuk mengetahui hubungan asupan karbohidrat, lemak, dan kolesterol dengan kadar kolesterol darah pada pasien jantung koroner di rawat jalan RSUD Dr. Moewardi. Penelitian ini adalah penelitian observasional dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Jumlah subjek 31 orang, yang dipilih menggunakan metode *consecutive sampling*, yaitu: dengan cara memasukkan semua pasien yang datang dan memenuhi kriteria inklusi. Penelitian ini terdiri dari variabel terikat: kadar kolesterol darah dan variabel bebas: asupan karbohidrat, lemak, dan kolesterol. Data asupan karbohidrat, lemak, dan kolesterol didapatkan dari hasil wawancara form *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire*. Rata-rata responden memiliki asupan karbohidrat sebesar 52,5%; rata-rata asupan lemak responden sebesar 82,1%; rata-rata asupan kolesterol responden sebesar 149,8 mg/hari; dan rata-rata kadar kolesterol darah responden sebesar 177,8 mg/dl. Uji kenormalan menggunakan *Kolmogorov-smirnov* dengan hasil tidak normal. Analisis pada penelitian ini menggunakan uji statistik *Rank Spearman*. Hasil analisis hubungan asupan karbohidrat dengan kadar kolesterol darah ($p=0,630$); asupan lemak dengan kadar kolesterol darah ($p=0,358$) dan asupan kolesterol dengan kadar kolesterol darah ($p=0,479$). Tidak terdapat hubungan antara asupan karbohidrat dengan kadar kolesterol darah, tidak terdapat hubungan antara asupan lemak dengan kadar kolesterol darah dan tidak terdapat hubungan antara asupan kolesterol dengan kadar kolesterol darah pada pasien jantung koroner di RSUD Dr. Moewardi.

Kata Kunci: asupan karbohidrat, asupan kolesterol, asupan lemak, kadar kolesterol darah, pasien jantung koroner.

Abstract

Coronary Heart Disease (CHD) is a disorder caused by blockage of coronary arteries. CHD has two types of risk factors namely risk factors that cannot be changed and risk factors that can be changed. To determine the relationship of carbohydrate, fat, and cholesterol intake with blood cholesterol levels in coronary heart disease patients at cardiac polyclinic at RSUD Dr. Moewardi. This study was an observational study using a cross sectional approach. The number of subjects 31 people, who were selected using the consecutive sampling method, namely: by entering all patients who came and met the inclusion criteria. The study consisted of dependent variables: blood cholesterol levels and independent variables: carbohydrate, fat, and cholesterol intake. Data on carbohydrate, fat, and cholesterol intake were obtained from interviews with the *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* form. The average respondent has a carbohydrate intake

Lampiran 2. Jurnal Asupan Lemak terhadap Kadar Kolesterol (Kurniawati, 2015)

HUBUNGAN KONSUMSI LEMAK DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KADAR KOLESTEROL DARAH DAN KADAR *LOW DENSITY LIPOPROTEIN* PADA PASIEN PENYAKIT JANTUNG KORONER RAWAT JALAN DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH Dr. MOEWARDI

Fauziah Khusnul Kurniawati
Program Studi Ilmu Gizi Jenjang S1, Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Email: fauziah_kk@yahoo.com

Penyakit Jantung Koroner merupakan salah satu penyebab utama kematian di dunia. Salah satu faktor penyebab terjadinya PJK yaitu adanya dislipidemia. Dislipidemia adalah kelainan metabolisme lipid yaitu keadaan terjadinya peningkatan kadar kolesterol dalam darah, LDL, trigliserida dan penurunan HDL. Peningkatan kadar kolesterol darah dan kadar LDL dapat disebabkan oleh pola konsumsi tinggi lemak dan aktivitas fisik yang kurang.

Mengetahui hubungan antara konsumsi lemak dan aktivitas fisik dengan kadar kolesterol darah dan kadar LDL pada pasien PJK rawat jalan di RSUD Dr. Moewardi.

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *consecutive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 33 pasien. Konsumsi lemak diperoleh dengan metode semi FFQ. Data aktivitas fisik diperoleh dengan *recall* aktivitas, sedangkan data kadar kolesterol darah dan kadar LDL diperoleh dari data uji laboratorium. Analisis data menggunakan *Rank Spearman*.

Jumlah subjek dengan konsumsi lemak kategori tidak baik sebesar 60,6%. Subjek dengan aktivitas fisik ringan sebesar 57,6%. Kadar kolesterol darah subjek sebagian besar kategori normal 78,8%. Kadar LDL subjek sebagian besar kategori normal 72,7%. Terdapat hubungan antara konsumsi lemak dengan kadar kolesterol darah ($p=0,016$). Ada hubungan antara konsumsi lemak dengan kadar LDL ($p=0,036$). Ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kadar kolesterol darah ($p=0,013$). Ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kadar LDL ($p=0,021$).

Terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi lemak dengan kadar kolesterol darah dan kadar LDL. Terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kadar kolesterol darah dan kadar LDL.

Kata Kunci : Aktivitas Fisik, Kolesterol Darah, Konsumsi Lemak, LDL.
Kepustakaan : 58 (2000-2013)

Lampiran 3. Jurnal Asupan Lemak dan Serat terhadap Kadar Kolesterol (Jayanti, 2018)

**TINGKAT KONSUMSI LEMAK DAN SERAT DENGAN PROFIL LIPID
PADA PENDERITA PENYAKIT JANTUNG KORONER RAWAT JALAN DI
RSUP SANGLAH DENPASAR**

ABSTRAK

Penyakit Jantung Koroner adalah gangguan fungsi jantung akibat otot jantung kekurangan darah karena adanya penyempitan pembuluh darah koroner. Perubahan pola makan yang mengarah ke makanan siap saji tinggi lemak jenuh, protein, dan garam tetapi rendah serat pangan dapat menyebabkan berkembangnya risiko Penyakit Jantung Koroner. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat konsumsi lemak dan serat dengan profil lipid pada penderita penyakit jantung koroner rawat jalan di RSUP Sanglah Denpasar. Penelitian ini menggunakan metode observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel yang digunakan adalah 86 pasien penyakit jantung koroner rawat jalan yang berusia 20-65 tahun. Pengambilan sampel menggunakan *consecutive sampling*. Data asupan lemak dan serat diperoleh melalui Form *Recall* 24 Jam. Data kadar profil lipid diperoleh dari catatan rekam medic pasien. Uji statistik yang digunakan adalah *Uji Spearman*. Sebagian besar sampel dengan tingkat konsumsi lemak tidak baik 24,4%. Sampel dengan tingkat konsumsi serat tidak baik 99%. Sampel dengan kadar kolesterol normal 66,7%, trigliserida normal 65,1%, HDL normal 1,2%, LDL normal 75,6%. Uji statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan bermakna antara tingkat konsumsi lemak dengan profil lipid kolesterol ($p = 0,916$), HDL ($p = 0,186$), LDL ($p = 0,502$), dan terdapat hubungan bermakna dengan trigliserida ($p = 0,017$). Tidak ada hubungan bermakna antara tingkat konsumsi serat dengan profil lipid kolesterol ($p = 0,955$), trigliserida ($p = 0,580$), HDL ($p = 0,540$), LDL ($p = 0,911$). Tidak ada hubungan bermakna antara tingkat konsumsi lemak dan serat dengan profil lipid pada penderita penyakit jantung koroner rawat jalan di RSUP Sanglah Denpasar.

Kata kunci : tingkat konsumsi lemak, tingkat konsumsi serat, profil lipid , penyakit jantung koroner.

Lampiran 4. Jurnal Asupan Serat terhadap Kadar Kolesterol (Pertiwi., Haniarti., dan Usman, 2018)

Jurnal Ilmiah

**MANUSIA dan
KESEHATAN**

Vol. 1, No. 1 Januari 2020

pISSN 2614-5073, eISSN 2614-3151

Telp. +62 853-3520-4999, Email: jurnalmakes@gmail.com

Online Jurnal: <http://jurnal.lumpar.ac.id/index.php/makes>

**HUBUNGAN ASUPAN SERAT DENGAN KADAR KOLESTEROL PADA PENDERITA
PENYAKIT JANTUNG KORONER RAWAT JALAN DI RSUD ANDI MAKKASAU
KOTA PAREPARE**

*The Relationship of Fiber Intake and Cholesterol Levels in Patients Heart Disease Health in the General
Hospital Andi Makkasau Parepare City*

Ayu Pertiwi, Haniarti, Usman

Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare
(ayupertiwi510@gmail.com)

ABSTRAK

Asupan serat adalah segala jenis makanan dan minuman mengandung serat yang dikonsumsi tubuh setiap hari dan berguna untuk sistem pencernaan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan asupan serat dengan kadar kolesterol pada penderita penyakit jantung koroner rawat jalan di RSUD Andi Makkasau Kota Parepare. Jenis penelitian ini menggunakan metode observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien PJK kunjungan baru rawat jalan di bulan Januari sampai Maret 2019 di RSUD Andi Makkasau Kota Parepare. Dengan menggunakan metode Purposive Sampling untuk pengambilan sampel, dengan sampel sebanyak 42 orang. Analisis data menggunakan uji fishare exact test. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari dua variabel menunjukkan tidak ada hubungan asupan serat dengan kadar kolesterol pada penderita penyakit jantung koroner dengan nilai p (1,00) dan tidak ada hubungan frekuensi konsumsi asupan serat dengan kadar kolesterol dengan nilai p (0,37). Oleh karena itu disarankan untuk berupaya meningkatkan asupan serat responden dengan mengkonsumsi makanan sumber serat yang seimbang.

Kata Kunci : Asupan serat, kadar kolesterol, penyakit jantung koroner

ABSTRACT

Fiber intake is all kinds of foods and beverages containing fiber consumed by the body every day and is useful for the digestive system. The purpose of this study was to determine the relationship of fiber intake with cholesterol levels in patients with outpatient coronary heart disease in the general hospital in Andikang Makkasau, Parepare City. This type of research uses analytic observational methods with cross sectional approach. The population in this study was new outpatient CHD patients in January to March 2019 at Andi Makkasau Regional Hospital, Parepare City. By using the Purposive Sampling method for sampling, with a sample of 42 people. Data analysis using the fishare exact test. The results of this study indicate that of the two variables there is no relationship between fiber intake and cholesterol levels in patients with coronary heart disease with a p value (1.00) and there is no relationship between the frequency of consumption of fiber intake with cholesterol levels with a p value (0.37). It is therefore recommended to try to increase respondents' fiber intake by consuming a balanced source of fiber food.

Keywords: Fiber intake, cholesterol levels, coronary heart disease

Lampiran 5. Jurnal Asupan Serat terhadap Kadar Kolesterol (Purnama., Harna., dan Novianti, 2020)

39

HUBUNGAN POLA KONSUMSI DAN TINGKAT KECUKUPAN SERAT DENGAN KADAR KOLESTEROL TOTAL PASIEN POLIKLINIK JANTUNG

The Relationship of Consumption Pattern, and Level of Fiber Adequacy, with Total Cholesterol Levels Heart Polyclinic Patients

Reni Purnama Indah Lestari¹, Harna¹, Anugrah Novianti¹

¹Program Studi Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul
Jl. Arjuna Utara No.9, Kebon Jeruk, Jakarta 11510
e-mail: harna@esaunggul.ac.id

ABSTRACT

High cholesterol levels constitute 56% of the factors that contribute greatly to the cause of CHD. Coronary heart disease (CHD) is a disease of the heart and blood vessels caused by narrowing of the coronary arteries. The purpose of this study to analyze the relationship of sports habits, circumference waist hip ratio, consumption pattern, level of fiber adequacy, and smoking habits with total cholesterol levels heart polyclinic patients RSUD Banten. This type of research uses a cross sectional design, with a sample of 96 respondents namely heart polyclinic patients. Analysis of the data used in this study is the Chi-square test. The Results show Respondents with normal nutritional status were 66.70%, respondents who consumed cholesterol-lowering drugs were 55.2%, respondents with normal cholesterol levels were 53.10%, Respondents with good consumption patterns were 68.75%. Respondents with enough fiber intake were 47.90%. There was a relationship between consumption pattern and fiber adequacy level, to total cholesterol levels ($p < 0.05$). This study concluded that the consumption pattern, and level of fiber adequacy, affect total cholesterol levels.

Keyword: Consumption Pattern, Level Of Fiber Adequacy, Total Cholesterol Levels.

ABSTRAK

Kadar kolesterol yang tinggi merupakan 56% faktor yang berkontribusi besar dalam penyebab terjadinya PJK. Penyakit jantung koroner (PJK) adalah penyakit jantung dan pembuluh darah yang disebabkan karena penyempitan arteri koroner. Tujuan dari analisis ini adalah untuk mengetahui hubungan kebiasaan olahraga, RLPP, pola konsumsi, tingkat kecukupan serat, dan kebiasaan merokok dengan kadar kolesterol total pasien poliklinik jantung RSUD Banten. Jenis penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*, dengan sampel sebanyak 96 responden yaitu pasien poliklinik jantung. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Chi-Square*. Hasil analisis didapat Responden dengan status gizi normal sebanyak 66.70%, responden yang mengonsumsi obat penurun kolesterol sebanyak 55.2%. Responden dengan kadar kolesterol normal sebanyak 53.10%. Responden dengan pola konsumsi baik sebanyak 68.75%. Responden dengan asupan serat cukup sebanyak 47.90%. Terdapat hubungan antara pola konsumsi dan tingkat kecukupan serat, terhadap kadar kolesterol total ($p < 0,05$). Kesimpulan pada penelitian ini adalah pola konsumsi, dan tingkat kecukupan serat, mempengaruhi kadar kolesterol total.

Kata Kunci: Pola Konsumsi, Tingkat Kecukupan Serat, Kadar Kolesterol Total

Lampiran 6. Jurnal Asupan Serat terhadap Kadar Kolesterol (Nurani, 2016)

HUBUNGAN ASUPAN SERAT DAN VITAMIN E DENGAN KADAR KOLESTEROL TOTAL PADA PENDERITA PENYAKIT JANTUNG KORONER PASIEN RAWAT JALAN DI RSUD Dr. MOEWARDI

Agga Thesda Nurani (J 310 110 065)
Pembimbing : Luluk Ria Rakhma, S.Gz., M.Gizi
Ahmad Farudin, SKM., M.Si

Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Jl. A. Yani Tromol Pol I Pabelan Surakarta 57102
Email : thesda.nurani@gmail.com

ABSTRACT

CORRELATION BETWEEN FIBER AND VITAMIN E INTAKE WITH LEVEL OF CHOLESTEROL IN CORONARY HEART DISEASE OUTPATIENTS AT Dr. MOEWARDI HOSPITAL

Coronary heart disease belongs to the group of cardiovascular diseases which are the leading causes of death in Indonesia. High cholesterol level is a risk factor for coronary heart disease. Intakes of fiber and vitamin E that suit our needs can help lowering cholesterol level. This study aimed to determine the correlations between fiber and vitamin E intakes with total cholesterol levels in coronary heart disease outpatients at Dr. Moewardi hospital. The research was an observational study with cross-sectional design. The subjects were 30 coronary heart disease patients aged 30-65 years. Sampling technique used consecutive sampling. Data on fiber and vitamin E intakes were obtained through Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQFFQ) method. Data on total cholesterol level were obtained from medical record at Dr. Moewardi hospital. The statistic test used Pearson Product Moment tests. Most respondents had low fiber intake (83.3%). All respondents had low vitamin E intake (100%). The number of respondents who had normal cholesterol levels was 66.7%. The number of respondents who had low fiber intake and had normal cholesterol levels was 68%. The number of respondents who had low intake of vitamin E and had normal cholesterol levels was 66.7%. Statistical analysis showed that there was no correlation between fiber intake and total cholesterol levels with $p=0,655$. Also, there was no correlation between intake of vitamin E and total cholesterol levels with $p=0,615$. There was no association between fiber and vitamin E intakes and level of cholesterol in coronary heart disease outpatients at Dr. Moewardi hospital.

ABSTRAK

Penyakit jantung koroner termasuk ke dalam kelompok penyakit kardiovaskuler yang menjadi penyebab utama kematian di Indonesia. Kadar kolesterol tinggi menjadi faktor risiko kejadian penyakit jantung koroner. Asupan serat dan vitamin E yang sesuai dengan kebutuhan dapat membantu menurunkan kadar kolesterol sehingga kadar kolesterol dalam darah dapat