

## **Gambaran Pola Konsumsi Makanan, Aktivitas Fisik dan Profil Lipid dengan Kejadian PJK (Studi Pada Penderita Penyakit Jantung Koroner Rawat Inap di RS. PTP Nusantara X Jember)**

**Devitalia Antika Pratiwi<sup>1</sup>), Agustina Endah W<sup>2</sup>), Puspito Arum<sup>2</sup>)**

### **ABSTRAK**

Penyakit Jantung Koroner (PJK) adalah penyakit jantung yang timbul akibat penyempitan pada arteri koronaria. Faktor risiko terjadinya penyakit jantung koroner yaitu keturunan, jenis kelamin, umur, hipertensi, profil lipid, pola konsumsi, merokok, diabetes mellitus, obesitas, aktivitas fisik, dan stres. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pola konsumsi makanan yang mengandung lemak, aktivitas fisik dan profil lipid dengan kejadian penyakit jantung koroner. Penelitian dilakukan dengan menggunakan desain *case control* dengan teknik *purposive sampling*. Pola konsumsi makanan diukur dengan menggunakan *food frequency questionnaire* (FFQ), aktivitas fisik diukur dengan menggunakan form aktivitas fisik dan profil lipid diukur dengan cara melihat hasil data laboratorium responden. Subjek penelitian berjumlah 19 orang kelompok PJK dan 18 orang kelompok Non PJK. Penelitian dilaksanakan di RS. PTP Nusantara X Jember pada tanggal 15 Juni – 15 Juli 2015. Pola konsumsi makanan yang mengandung lemak pada penderita PJK kategori sering sekali mengkonsumsi makanan berlemak sebanyak 15,8%, sering mengkonsumsi sebanyak 10,5%, biasa mengkonsumsi sebanyak 21,1%, kadang – kadang mengkonsumsi sebanyak 10,5%, dan tidak pernah mengkonsumsi sebanyak 42,1%. Aktivitas fisik pada penderita PJK yang termasuk dalam kategori sangat ringan sebanyak 10,5%, ringan sebanyak 42,1%, sedang sebanyak 5,3%, dan berat sebanyak 42,1%. Kadar profil lipid pada penderita PJK untuk kadar kolesterol normal sebanyak 73,7%, agak tinggi sebanyak 26,3%, dan tinggi tidak ada. Kadar LDL normal sebanyak 78,9%, agak tinggi sebanyak 21,1% dan tinggi tidak ada. Kadar HDL normal sebanyak 15,8%, agak tinggi sebanyak 63,1%, dan tinggi sebanyak 21,1%. Kadar trigliserida normal sebanyak 73,7%, agak tinggi sebanyak 10,5% dan tinggi sebanyak 15,8%.

Kata kunci : PJK, Pola Konsumsi Makanan, Aktivitas Fisik, Profil Lipid

- 1) Mahasiswa Di Politeknik Negeri Jember, Jurusan Kesehatan, Program Studi D-IV Gizi Klinik.
- 2) Dosen Di Politeknik Negeri Jember, Jurusan Kesehatan, Program Studi D-IV Gizi Klinik