MEDIC NUTRICIA

Jurnal Ilmu Kesehatan

Vol. 17 No 1 Tahun 2025

Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

GAMBARAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI PADA PASIEN RAWAT JALAN PENDERITA PENYAKIT JANTUNG KORONER (PJK) DI RSUP DR.M.DJAMIL PADANG TAHUN 2025

Chaila Audri Aurora[1], Eva Yuniritha, Irma Eva Yani[2], Hasneli[3], Arlen Defitri Nazar[4]

[1]politeknik Kesehatan Kemenkes RI Padang, Jurusan Gizi

Email: audrichaila@gmail.com[1]

ABSTRAK

Jantung Koroner (PJK) merupakan salah satu penyebab utama kematian di Indonesia, dengan prevalensi yang terus meningkat. Faktor pola makan dan status gizi menjadi aspek penting yang dapat memengaruhi risiko serta perjalanan penyakit ini. Masyarakat Minangkabau di Sumatera Barat memiliki pola makan khas yang tinggi lemak dan santan, yang berpotensi meningkatkan risiko PJK. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pola makan dan status gizi pasien PJK di RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2025. Penelitian dilakukan dengan desain deskriptif cross-sectional pada 47 pasien PJK berusia 40–65 tahun. Metode yang dilakukan adalah teknik Purposive Sampling, penelitian dilakukan di Poli Jantung RSUP Dr.M.Djamil Padang yang dilakukan pada bulan Mei tahun 2025. Data dikumpulkan melalui wawancara menggunakan formulir SQ-FFQ dan pengukuran antropometri. Analisis dilakukan secara univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas pasien memiliki status gizi normal 51,1%, namun terdapat pula yang overweight 31,9% dan obesitas 10,6%. Lingkar pinggang berisiko lebih banyak ditemukan pada pasien perempuan 36,2% dibanding laki-laki 14,9%. Pola makan pasien menunjukkan kecenderungan yang kurang baik, dengan asupan energi berlebih 51,1%, asupan karbohidrat berlebih 59,6%, asupan protein kurang 66%, dan asupan lemak berlebih 76,6%. Sebagian besar pasien juga memiliki frekuensi makan yang kurang 93,6%, meskipun 59,6% mengonsumsi jenis makanan yang cukup beragam. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa pola makan yang tidak seimbang dan status gizi yang berlebih atau overweight masih ditemukan pada pasien PJK di RSUP

Article history

Received: Juli 2025

Reviewed: Juli 2025

Published: Juli 2025

Plagirism checker no 234

Doi : prefix doi : 10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Nutricia

This work is licensed under a creative commons attribution- noncommercial 4.0 international license

Vol. 17 No 1 Tahun 2025

Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

Dr. M. Djamil Padang. Diperlukan Upaya meningkatkan pemahaman dan kesadaran akan pentingnya makan yang seimbang dan frekuensi makan yang cukup untuk membantu pengelolaan PJK.

Kata Kunci: Penyakit Jantung Koroner; Pola Makan; Status Gizi Daftar Pustaka : 27 (2014-2024)

ABSTRACT

Coronary Heart Disease (CHD) is one of the leading causes of death in Indonesia, with a prevalence that continues to rise. Dietary patterns and nutritional status are key factors that influence both the risk and progression of this disease. The Minangkabau community in West Sumatra has a traditional diet high in fats and coconut milk, which potentially increases the risk of CHD. This study aimed to describe the dietary patterns and nutritional status of CHD patients at Dr.M. Djamil Central General Hospital Padang in 2025. The study employed a descriptive cross-sectional design involving 47 patients with coronary heart disease (CHD) aged 40 to 65 years. Participants were selected using purposive sampling. Data collection took place at the Cardiology Clinic of Dr. M. Djamil Central General Hospital, Padang, in Mey 2025. Data were gathered through structured interviews using the Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ) and anthropometric measurements. Data analysis was conducted using univariate methods. The results showed that most patients had normal nutritional status 51.1%, with overweight 31.9% and obesity 10.6% also present. High-risk waist circumference was more prevalent among female patients 36.2% than among males 14.9%. The patients' dietary patterns showed several imbalances, with excessive energy intake 51.1%, excessive carbohydrate intake 59.6%, insufficient protein intake 66%, and excessive fat intake 76.6%. Additionally, most patients had insufficient meal frequency 93.6%, although 59.6% consumed a relatively diverse range of food types. This study concludes that unbalanced dietary patterns and suboptimal nutritional status remain prevalent among CHD patients at Dr. M. Djamil Hospital. The conclusion of this study shows that unbalanced diet and overweight nutritional status are still found in CHD patients at Dr. M. Djamil Padang General Hospital. Efforts are needed to increase understanding and awareness of the

Vol. 17 No 1 Tahun 2025

Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

importance of a balanced diet and sufficient meal frequency to help manage CHD.

Keywords : *Coronary Heart Disease; Dietary Pattern; Nutritional Status*

References : 27 (2014-2024).

PENDAHULUAN

Penyakit Jantung Koroner adalah salah satu penyakit kardiovaskular yang menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia[1]. Prevalensi penyakit jantung koroner di Indonesia terus mengalami peningkatan, dengan angka kematian yang tinggi[2]. Berbagai faktor risiko yang dapat mempengaruhi terjadinya penyakit jantung koroner, di antaranya adalah pola makan dan status gizi pasien[3]. Penyakit jantung koroner merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang menjadi penyebab utama kematian di seluruh dunia. Faktor risiko yang dapat memengaruhi terjadinya penyakit jantung koroner, di antaranya adalah pola makan dan status gizi pasien[3]. Gambaran pola makan dan status gizi pada pasien penderita penyakit jantung koroner di Sumatera Barat menjadi penting untuk diketahui sebagai dasar dalam pengembangan intervensi yang tepat untuk mencegah dan mengelola penyakit ini[4]. Proyeksi *World Health Organization* menunjukkan bahwa pada tahun 2030, hampir 23,6 juta orang akan meninggal akibat penyakit kardiovaskular, terutama dari penyakit jantung dan stroke[5].

Di Indonesia, permasalahan PJK menunjukkan tren yang mengkhawatirkan dengan peningkatan prevalensi yang signifikan. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), prevalensi PJK berdasarkan diagnosis dokter mengalami peningkatan dari 1,5% pada tahun 2018 menjadi 2,1% pada tahun 2021. Peningkatan ini sejalan dengan meningkatnya prevalensi faktor risiko PJK seperti hipertensi (34,1%), obesitas (35,5%), dan diabetes melitus (10,2%). Hal ini mengindikasikan bahwa masalah PJK di Indonesia memerlukan perhatian serius dari berbagai pihak.

Pola makan merupakan salah satu faktor risiko yang dapat dimodifikasi dan memiliki peran penting dalam perkembangan PJK. Asupan makanan yang tidak seimbang, tinggi lemak jenuh, kolesterol, dan garam, serta rendah serat dapat meningkatkan risiko terjadinya PJK.

Hasil penelitian Naomi,dkk tahun 2021 menunjukkan adanya hubungan antara pola konsumsi pangan sumber energi dengan penyakit jantung koroner. Apabila mengkonsumsi asupan karbohidrat berlebih maka karbohidrat akan disimpan dalam bentuk lemak tubuh yang akan mempengaruhi kadar kolesterol darah, serta mengkonsumsi asupan lemak yang berlebih akan meningkatkan kadar kolesterol darah. Hal ini dapat meningkatkan faktor risiko untuk terkena PJK[6]. Status gizi juga memiliki hubungan

yang erat dengan kejadian PJK, dimana baik obesitas maupun malnutrisi dapat memperburuk kondisi pasien. Penelitian menunjukkan bahwa pasien PJK dengan status gizi kurang memiliki risiko mortalitas 2,5 kali lebih tinggi dibandingkan pasien dengan status gizi normal. Di sisi lain, obesitas meningkatkan risiko komplikasi PJK dan memperpanjang masa rawat inap[7]. Status gizi berlebih merupakan salah satu faktor risiko dan kunci penting dari terjadinya peningkatan kejadian PJK. Peningkatan berat badan secara signifikan dapat meningkatkan kejadian angina pectoris dan juga timbulnya insidensi penyakit koroner dan gagal jantung kongestif (congestive heart failure). Penentuan tingkat obesitas dapat menggunakan pengukuran antropometri, salah satunya berupa pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT)[8].

Disisi lain pada penelitian yang dilakukan oleh Elvita,dkk tahun 2024 dengan judul Hubungan Status Gizi (Indeks Massa Tubuh dan Rasio Lingkar Pinggang) dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner *Non Diabetic* di Poliklinik Jantung RS. Bhayangkara Jambi didapatkan hasil status gizi (indeks massa tubuh dan rasio lingkar pinggang) didapartkan p-value 0,094 (>0,05) dan Rasio Lingkar Pinggang p- value 0,039 (>0,05) yang mengindikasikan bahwa kedua variabel tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap penyakit jantung koroner non diabetic. Kesimpulan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara Indeks Massa Tubuh dan Rasio Lingkar Pinggang dengan kejadian penyakit jantung koroner[9]. Peningkatan berat badan yang berlebihan atau obesitas juga meningkatkan risiko kejadian PJK karena obesitas juga meningkatkan kadar kolesterol dimana kolesterol sendiri merupakan penyebab terjadinya aterosklerosis. Aterosklerosis adalah tersumbatnya pembuluh darah oleh plak yang berupa kolesterol atau lemak menumpuk di dinding pembuluh darah[8].

Sumatera Barat atau masyarakat etnis Minangkabau, memiliki karakteristik pola makan yang khas dengan tingginya konsumsi makanan yang mengandung lemak dan santan. Berdasarkan Penelitian pada tahun 2022 di Sumatera Barat menunjukkan bahwa 67,8% masyarakat memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan berlemak tinggi minimal 3 kali seminggu. Kondisi ini berpotensi meningkatkan risiko PJK di kalangan masyarakat Sumatera Barat. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 Sumatera Barat memiliki prevalensi PJK berdasarkan diagnosis dokter dengan angka 1,8%, ini menjadi angka yang cukup tinggi dibandingkan dengang prevalensi PJK dengan diagnose dokter di Indonesia yaitu sebessar 1,5%. Data Padang tahun 2013 menunjukkan jumlah kunjungan di poli jantung RSUP DR. M.Djamil Padang sebanyak 661 orang dengan rata-rata 55 orang setiap bulannya. Penyakit Jantung Koroner juga termasuk dalam 10 penyakit dengan kasus tertinggi di RSUP Dr.M.Djamil Padang. Tingginya kasus Penyakit Jantung Koroner, serta semakin meningkatnya jumlah penderita PJK dari tahun ke tahun perlu penanganan yang baik agar tidak menyebabkan kematian dan komplikasi. Mengingat tingginya prevalensi Penyakit Jantung Koroner di Indonesia, khususnya di Sumatera Barat dengan karakteristik pola makan khas yang kaya lemak, serta dampak signifikan status gizi terhadap resiko penyakit kardiovaskular, diperlukan pendekatan holistik untuk mengurangi angka kematian akibat Penyakit Jantung Koroner.

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk meneliti tentang Gambaran Pola Makan dan

MEDIC NUTRICIA

Vol. 17 No 1 Tahun 2025

Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

Jurnal Ilmu Kesehatan

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian ini adalah Penelitian deskriptif, dengan Desain Penelitian dengan menggunakan desain Cross-Sectional dimana pengambilan data terdapat variabel pola makan dan status gizi. Penelitian ini dilakukan di Poli Jantung RSUP Dr. M.Djamil Padang, penelitian dimulai dari pembuatan proposal sampai laporan penelitian dari bulan Oktober 2024 hingga Juni 2025.

Populasi penelitian ini adalah semua pasien penderita Penyakit Jantung Koroner yang dikategorikan lansia awal dan lansia (≥40 – 65 tahun) yang tercatat di RSUP.Dr. M. Djamil sebagai pasien rawat jalan tahun 2023. Jumlah populasi didapat dari hasil olah data pasien jantung koroner diagnosis dokter adalah dengan populasi 1366 orang.

HASIL

Tabel 3.1 Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Responden

Karakteristik	(n)	%
Jenis Kelamin		
Laki -laki	19	40.4
Perempuan	28	59.6
Usia		
40 – 49 tahun	9	19.1
50 – 65 tahun	38	80.9
Pendidikan		
Tidak sekolah	4	8.5
SD	6	12.8
SMP	7	14.9
SMA	19	40.4
D3	3	6.4
S1	8	17.0
TOTAL	47	100.0

Bahwa sebagian responden berjenis kelamin perempuan sebesar (59,6%), lebih dari separuh responden berusia 50-65 tahun sebesar 80,9% dan rata rata tingkat pendidikan responden adalah SMA sebanyak 40,4%.

MEDIC NUTRICIA

Vol. 17 No 1 Tahun 2025

Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

Jurnal Ilmu Kesehatan

A) Pola makan (jumlah)

1. Jumlah Asupan E

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Pola Makan Berdasarkan Asupan Energi di RSUP Dr.M.Djamil Padang 2025

Asupan Energi	(n)	%
Kurang	15	31.9
Cukup	8	17.0
Berlebih	24	51.1
Total	**47**	**100.0**

Dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki asupan energi berlebih yaitu sebanyak (51,1%).

2. Jumlah Asupan Karbohidrat

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Pola Makan Berdasarkan Asupan Karbohidrat diRSUP Dr.M.Djamil Padang 2025

Asupan Karbohidrat	(n)	%
Kurang	11	23.4
Cukup	8	17.0
Berlebih	28	59.6
Total	**47**	**100.0**

Dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki asupan karbohidrat berlebih yaitu sebanyak (59,6%).

3. Jumlah Asupan Protein

Tabel 6.1 Ditribusi Frekuensi Responden Menurut Pola Makan Berdasarkan Asupan Protein di RSUP Dr.M.Djamil Padang tahun 2025

Asupan Protein	(n)	%
Kurang	31	66.0
Cukup	8	17.0
Berlebih	8	17.0
Total	**47**	**100.0**

Dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki asupan protein kurang yaitu sebanyak (66%).

MEDIC NUTRICIA

Vol. 17 No 1 Tahun 2025

Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

Jurnal Ilmu Kesehatan

4. Asupan Lemak

Tabel 7.1 Frekuensi Responden Menurut Pola Makan Berdasarkan Asupan Lemak di RSUP Dr.M.Djamil Padang tahun 2025

Asupan Lemak	(n)	%
Kurang	8	17.0
Cukup	3	6.4
Berlebih	36	76.6
Total	**47**	**100.0**

Dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki asupan lemak berlebih yaitu sebanyak (76,6%).

B) Pola Makan (Frekuensi)

Tabel 8.1 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Pola Makan Berdasarkan Frekuensi Makan di RSUP Dr.M.Djamil Padang tahun 2025

Frekuensi Makan	(n)	%
Kurang	44	93.6
Cukup	3	6.4
Total	**47**	**100.0**

Dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki frekuensi makan kurang yaitu sebanyak (93,6%) responden.

C) Pola Makan Jenis

Tabel 9.1 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Pola Makan Berdasarkan Jenis Makan di RSUP Dr.Djamil Padang tahun 2025

Jenis Makan	(n)	%
Baik	28	59.6
Tidak Baik	19	40.4
Total	**47**	**100.0**

Dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki jenis makan baik yaitu sebanyak (59,6%) responden.

MEDIC NUTRICIA

Jurnal Ilmu Kesehatan

Vol. 17 No 1 Tahun 2025

Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

D) Status Gizi (IMT)

Tabel 10.1Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Nilai IMT (Indeks Masa Tubuh) di RSUP Dr.M.Djamil Padang Tahun 2025

IMT Responden	(n)	%
Sangat Kurus (*underweight)* <18,5	3	6.4
Normal 18,5 – 24,9	24	51.1
Kelebihan Berat Badan (*overweight)* 25,0 – 29,9	15	31.9
Obesitas >40	5	10.6
TOTAL	**47**	**100.0**

Dapat dilihat bahwa status gizi pada responden paling tinggi adalah status gizi normal yaitu sebanyak (51,1%) responden dan sebanyak (10,6%) responden dengan status gizi obesitas.

E) Lingkar Pinggang

Tabel 11.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Nilai LP (Lingkar Pinggang) di RSUP Dr.M.Djamil Padang Tahun 2025

Lingkar Pinggang	(n)	%
Laki – laki		
Tidak berisiko	12	25.5
Berisiko	7	14.9
Perempuan		
Tidak berisiko	11	23.4
Berisiko	17	36.2
TOTAL	**47**	**100.0**

Dapat dilihat bahwa nilai Lingkar Pinggang pada responden laki-laki paling tinggi adalah kategori tidak beresiko sebanyak (25,5%) dan nilai Lingkar Pinggang pada responden perempuan paling tinggi adalah kategori beresiko sebanyak (36,2%). Dari data tersebut dapat dilihat bahwa pasien perempuan lebih banyak dengan lingkar pinggang beresiko yaitu sebesar (36,2%) responden dibanding dengan pasien pria sebesar (14,9%) responden.

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa sebesar (31,9%) responden diantaranya memiliki asupan energi kurang, (17,0%) responden memiliki asupan energi cukup dan (51,1%) responden memiliki asupan energi berlebih.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Winda Sinthya,dkk pada tahun 2021 bahwa

sebanyak (11,25%) responden memiliki asupan energi kurang dan sebanyak (88,75%) responden mamiliki asupan energi baik.

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa pada (23,4%) responden diantaranya memiliki asupan karbohidrat kurang, (17,0%) responden memiliki asupan karbohidrat cukup dan (59,6%) responden memiliki asupan karbohidrat berlebih.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizky Wijaya,dkk tahun 2017 bahwa sebanyak (37,5%) pasien memiliki asupan karbohidrat kurang, (28,12%) pasien memiliki asupan karbohidrat cukup dan pasien yang memiliki asupan karbohidrat berlebih sebanyak (34,38%).

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa (66%) responden diantaranya memiliki asupan protein kurang, (17%) responden memiliki asupan protein cukup dan (17%) responden memiliki asupan protein berlebih.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizky Wijaya,dkk tahun 2017 bahwa pasien dengan asupan protein kurang sebanyak (75%), cukup (18,75%) dan berlebih (6,25%).

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa pada (17%) responden diantaranya memiliki asupan lemak kurang, (6,4%) responden memiliki asupan protein cukup dan (76,6%) responden memiliki asupan lemak yang cukup.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizky Wijaya,dkk pada tahun 2017 bahwa sebanyak (25%) pasien memiliki asupan lemak kurang, (12,5%) pasien memiliki asupan lemak cukup, dan (62,5%) pasien memiliki asupan lemak berlebih.

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa pada (93,6%) responden diantaranya memiliki frekuensi makan yang kurang dan sebanyak (6,4%) responden memiliki frekuensi makan yang cukup.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hadiar Huriyah dan Bambang Wirjatmadi pada tahun 2017 bahwa sebanyak (30%) responden memiliki frekuensi makan yang kurang dan sebanyak (70%) responden memiliki frekuensi makan yang cukup.

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa pada 47 responden, (59,6%) responden diantaranya memiliki jenis makan yang baik dan (40,4%) responden memiliki jenis makan yang tidak baik.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Imran Pashar,dkk pada tahun 2024 bahwa sebanyak (85,6%) memiliki jenis makan yang baik dan sebanyak (14,4%) memiliki jenis makan yang tidak baik[27].

Pola makan dikatakan baik jika jenis makanan beragam, jumlah konsumsi zat gizi cukup dan frekuensi konsumsi makanan kadang-kadang. Pola konsumsi makanan dapat diketahui dengan melihat jenis, jumlah dan frekuensi konsumsi makanan dalam jangka waktu tertentu. Jenis dan jumlah konsumsi makanan dapat dilihat bagaimana pemilihan bahan makanan pasien sehari-hari. Sedangkan frekuensi konsumsi makanan melihat bagaimana kecendrungan pasien dalam penggunaan bahan makanan[27].

Vol. 17 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

Hasil penelitian didapatkan bahwa sebanyak memiliki status gizi normal sebanyak (51,1%) responden. Tetapi responden dengan status gizi lebih juga masih cukup tinggi yaitu sebanyak (31,9%) responden, status gizi sangat berlebih/obesitas sebanyak (10,6%) responden dan status gizi kurang sebanyak (6,4%) responden.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Meutia Maulina pada tahun 2015 yang mendapatkan sebanyak (67,85%) responden memiliki status gizi baik, (25%) responden memiliki status gizi lebih (obesitas) dan (7,14%) responden memiliki status gizi sedang. Pada penelitian ini tidak dijumpai adanya pasien PJK dengan status gizi buruk[25].

Hasil penelitian didapatkan bahwa pada laki- laki sebanyak (25,5%) responden dengan lingkar pinggang tidak beresiko dan (14,9%) responden dengan lingkar pinggang beresiko, sedangkan pada perempuan sebanyak (23,4%) responden dengan lingkar pinggang tidak beresiko dan (36,2%) responden dengan lingkar pinggang beresiko.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Isabella Soerjanto,dkk pada tahun 2020 yang mendapatkan lingkar pinggang pada pasien dengan kategori tidak berisiko (tidak obesitas sentral) sebanyak (31,9%) responden dan sebanyak (68,1%) responden dengan lingkar pinggang berisiko (obesitas sentral)[26]. Lingkar pingang menunjukkan akumulasi lemak adipose dan lemak visceral yang berkaitan dengan berbagai kelainan metabolisme, termasuk penurunan toleransi glukosa, profil lipid yang buruk, yang dapat menjadi faktor risiko terjadinya penyakit kardiovaskular[26].

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Pada Pasien Penderita Penyakit Jantung Koroner (PJK) di RSUP Dr.M.Djamil Padang tahun 2025 dapat disimpulkan bahwa Status gizi sebagian pasien berada dalam kategori normal (51,1%), namun masih ditemukan pasien dengan status gizi overweight (31,9%), dan obesitas (10,6%) yang merupakan faktor resiko bagi perkembangan PJK, Lingkar pinggang beresiko lebih banyak ditemukan pada pasien perempuan (36,2%) dibandingkan laki-laki (14,9%), Pola makan pasien cenderung tidak seimbang, dengan : Asupan energi berlebih pada 51,1% pasien, Asupan karbohidrat berlebih pada 59,6%, Asupan protein kurang pada 66% pasien, dan Asupan lemak berlebih pada 76,6% pasien.

Sebagian besar pasien (93,6%) memiliki frekuensi makan yang kurang, meskipun jenis makanan yang dikonsumsi tergolong cukup baik (59,6%).

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa pola makan yang tidak seimbang dan status gizi yang kurang optimal masih banyak ditemukan pada pasien PJK di RSUP Dr.M.Djamil Padang.

Bagi Pasien PJK perlu meningkatkan pemahaman dan kesadaran akan pentingnya pola makan yang seimbang dan frekuensi makan yang cukup untuk membantu pengelolaan PJK. Disarankan untuk mengurangi konsumsi makanan tinggi lemak dan karbohidrat sederhana, serta meningkatkan asupan

protein berkualitas dan serat.

Bagi Peneliti Selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lanjutan deengan menggunakan desain penelitian yang memungkinkan untuk mengkaji hubungan antara pola makan, status gizi dan kejadian PJK, serta diharapkan dapat menggunakan tugas akhir ini sebagai referensi.

DAFTAR PUSTAKA

Zamroni A, Novitawati N, Rahayu DN, Doharma R, Taufik A. Heart Disease Classification Model in Level II Hospital Moh. Ridwan Meureksa Using Naive Bayes. *Infotech Journal Teknol Inf.* 2022;**8**:127–34.

Taupikurrahman M, Sagiran S. Effectiveness of Music Therapy Against Decreased Pain Levels Post-Heart Surgery: Scoping Review. *J Aisyah Journal Ilmu Kesehatan.* 2021;**6**:433–8.

Luh Rustini N, Komang A, Wiwik Susanah R. Efek Ekstrak Etanol Biji Jagung (Zea Mays) Terhadap Profil Lipid Tikus Wistar Dengan Diet Tinggi Lemak. *Jurnal Kimia.* 2017;**2**:151–6.

Namli S. Hubungan Konsentrasi Hemoglobin Darah Dengan Kejadian Infark Miokard Akut Di Rumah Sakit Universitas Sumatera Utara Periode 2018-2019. *JIMKI Jurnal Ilmu Mahasiswa Kedokteran Indonesia.* 2021;**9**:20–6.

Virani SS, others. *Heart Disease and Stroke Statistics - 2021 Update: A Report From the American Heart Association.* Circulation. 2021;143.

Naomi WS, Picauly I, Toy SM. Faktor Risiko Kejadian Penyakit Jantung Koroner. *Media Kesehatan Masyarakat.* 2021;**3**:99–107.

Hashimoto H, Hashimoto S, Shimazaki Y. Relationship between tooth loss and the medications used for the treatment of rheumatoid arthritis in Japanese patients with rheumatoid arthritis: A cross-sectional study. *Journal Clinic Medical.* 2021;**10**:1–9.

Sri Rahayu M. Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Penyakit Jantung Koroner Di Rumah Sakit Umum Cut Meutia Kabupaten Aceh Utara. *AVERROUS Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh.* 2018;**2**:7.

Reza MF, others. *Hub. Rasio Kadar Kolesterol Total Terhadap HDL Dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner Di Rumah Sakit Badan Pengusahaan Batam. Zona Kedokteran.* 2024;**14**:1.

Santosa WN, Baharuddin B. Penyakit Jantung Koroner dan Antioksidan. *KELUWIH Journal Kesehatan dan Kedokteran.* 2020;**1**(2):98–103.

Erawati AD. Peningkatan Pengetahuan tentang Penyakit Jantung Koroner. *Jornal ABDIMAS-HIP Pengabdi Kepada Masyarakat.* 2021;**2**:6–9.

Wahidah W, Harahap RA. [PJK)] : PJK (Penyakit Jantung Koroner) VS SKA (Sindrome Kororner Akut) Prespektif Epidemiologi. *Afiasi Jurnal Kesehatan Masyarakat.* 2021;**6**(1):54–65.

Satoto HH. Patofisiologi Penyakit Jantung Koroner. *JAI (Jurnal Anestesiol Indonesia.* 2014;**6**(3):209–24.

Vol. 17 No 1 Tahun 2025

Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

Karmilawati K, Hernawan AD, Alamsyah D. Faktor Resiko Kejadian Penyakit Jantung Koroner Pada Pekerja Sektor Formal (Studi Kasus Pada Pasien Rawat Jalan Di Rsud Dr. Seodarso Pontianak). *Jumantik.* 2017;**4**(2):1–14.

Amirullah A, Andreas Putra AT, Daud Al Kahar AA. Deskripsi Status Gizi Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun Pada Masa Covid-19. *Murhum Jurnal Pendidik Anak Usia Dini.* 2020;**1**(1):16–27.

Marlinda R, Dafriani P, Irman V. Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Penyakit Jantung Koroner. *Jurnal Kesehatan Med Saintika.* 2020;**7**:108–13.

Iskandar I, Hadi A, Alfridsyah A. Faktor Risiko Terjadinya Penyakit Jantung Koroner pada Pasien Rumah Sakit Umum Meuraxa Banda Aceh. *AcTion Aceh Nutrition Journal.* 2017;**2**(1):32.

Kusumastuti H, Widiyawati A, Yohan Yuanta. Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Kepatuhan Diet dan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Arter Jurnal Ilmu Kesehatan.* 2023;**4**(1):21–8.

Septiyana SM, Aji AS, Nuryandini E, Penggalih MHST, Nurwanti E. The smartphone app (MyFitnessPal) reduce sugar-sweetened beverages intake among overweight and obese college students. *Jurnal Gizi dan Diet Indonesia.* 2022;**9**:130.

Hanifah W, Oktavia WS, Nisa H. Faktor Gaya Hidup Dan Penyakit Jantung Koroner: Review Sistematik Pada Orang Dewasa Di Indonesia. *Penelit Gizi dan Makanan.* 2021;**44**:45–58.

Kanah P. Hubungan Pengetahuan Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Kesehatan. *Medical Technol Public Health Jornal.* 2020;**4**(2):203–11.

Dwimawati E. Gambaran Status Gizi Berdasarkan Antropometri Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Ibn Khaldun Bogor. *Promotor.* 2020;**3**(1):50–5.

Mukhyarjon M, Pardede IT, Putri WA. Gambaran Status Gizi Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Berdasarkan Antropometri. *Jurnal Ilmu Kedokteran (Journal Med Sci).* 2021;**15**(1):41.

Marpaung AP, Gurning CI, Siagian LO. Hubungan Lingkar Pinggang Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Derajat Nyeri Penderita Low Back Pain Berdasarkan Visual Analog Scale Pada Lansia Di Puskesmas Helvetia. *Maj Ilmu METHODA.* 2023;**13**(3):323–31.

Maulina M. Gambaran Karakteristik Dan Status Gizi Berdasarkan Lingkar Lengan Atas (LLA) Pada Pasien Penyakit Jantung Koroner (PJK) Di Rumah Sakit Umum *Cut Meutia. Lentera.* 2015;**15**(13):29–36.

Diabetes P, Tipe M, Puskesmas DI, Denpasar K. Gambaran tingkat risiko penyakit kardiovaskular pada pasien diabetes melitus tipe 2 di puskesmas kota denpasar. 2020;**9**(11):62–7.

Pashar I, Wendikbo L. Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Penyakit Jantung Koroner di RSUD Labuang Baji Makassar. *Journal Of Pubnursing Sciences* 2024;vol **02**(1):31–42.