

## ABSTRAK

### ASUHAN GIZI PADA PENDERITA HIPERKOLESTEROL DI RUMAH

Gharin Hawaizza Nuralya

P17110211036

**Latar Belakang:** Kolesterol adalah salah satu komponen lemak atau yang disebut juga lipid. Lemak merupakan salah satu zat gizi yang diperlukan tubuh selain zat gizi lain. Lemak merupakan salah satu sumber energi yang mengandung kalori paling tinggi. Lemak atau kolesterol adalah zat yang sangat dibutuhkan oleh tubuh kita yaitu sebagai sumber energi, terutama untuk membentuk dinding sel-sel dalam tubuh, dan merupakan bahan dasar pembentukan hormon-hormon steroid. Tetapi jika kadar kolesterol berlebihan di dalam tubuh, maka akan terjadi timbunan dalam dinding pembuluh darah dan menimbulkan suatu kondisi yang disebut aterosklerosis, yaitu penyempitan atau pengerasan pembuluh darah

**Tujuan penelitian:** Melakukan pelaksanaan asuhan gizi klinik pada penderita hiperkolesterol.

**Metode:** Penelitian ini dilakukan secara observasional analitik menggunakan desain *case studies* pada penderita hiperkolesterol.

**Hasil:** Masalah gizi yang ditemukan adalah penurunan kebutuhan lemak, penurunan kebutuhan energi, dan ketidaksesuaian dalam pemilihan bahan makanan. Diagnosis Gizi yang diberikan adalah Nutrition Intake (NI) meliputi: NI-5.4, Nutrition Clinic (NC) meliputi: NC-3.3, dan Nutrition Behavior (NB) meliputi: NB-1.4.

**Kesimpulan:** Terapi yang diberikan pada penderita selama 4 kali pengamatan adalah Diet Dislipidemia. Terapi diet dilakukan dengan pemberian konseling dan motivasi mengenai diet pada penderita hiperkolesterol. Hasil monitoring evaluasi selama 4 kali pengamatan didapatkan ada peningkatan asupan makanan pasien dari yang berlebih bisa sampai mendekati normal. Berdasarkan pengamatan dapat disimpulkan bahwa penderita sudah mematuhi diet yang diberikan. Namun demikian, pasien perlu mendapatkan motivasi dan edukasi agar diet yang diberikan dapat dilakukan dengan benar untuk proses pemulihan pasien.

**Kata kunci :** Asuhan Gizi, Dislipidemia, Tingkat Konsumsi