

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA ASUPAN ENERGI, PROTEIN, LEMAK DAN KARBOHIDRAT DENGAN KADAR TRIGLISERIDA PADA KARYAWAN POLTEKKES KEMENKES YOGYAKARTA

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan Gizi



ETIKA PUTRI NUGRAHENI
P07131215013

**PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2019**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi

**“HUBUNGAN ANTARA ASUPAN ENERGI, PROTEIN, LEMAK DAN
KARBOHIDRAT DENGAN KADAR TRIGLISERIDA PADA KARYAWAN
POLTEKKES KEMENKES YOGYAKARTA”**

Disusun oleh:

ETIKA PUTRI NUGRAHENI

P07131215013

telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

.....6 Mei 2019.....

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Isti Suryani, DCN, M.Kes
NIP. 19651003 198902 2001

Pembimbing Pendamping,

Nugraheni Tri Lestari, SKM, MPH
NIP. 19670114 199103 2001



HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

“HUBUNGAN ANTARA ASUPAN ENERGI, PROTEIN, LEMAK DAN KARBOHIDRAT DENGAN KADAR TRIGLISERIDA PADA KARYAWAN POLTEKKES KEMENKES YOGYAKARTA”

Disusun Oleh

ETIKA PUTRI NUGRAHENI

NIM. P07131215013

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal: 7 Mei 2019

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

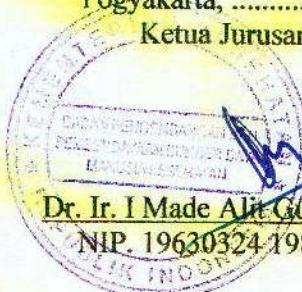
Ketua,
Weni Kurdanti, S.SiT, M.Kes
NIP. 19730206 199703 2001

Anggota,
Isti Suryani, DCN, M.Kes
NIP. 19651003 198902 2001

Anggota,
Nugraheni Tri Lestari, SKM, MPH
NIP. 19670114 199103 2001

Yogyakarta, 15 Mei 2019

Ketua Jurusan Gizi



Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si
NIP. 19630324 198603 1001

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Etika Putri Nugraheni

NIM : P07131215013

Tanda Tangan :

Tanggal : 7 Mei 2019

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Etika Putri Nugraheni
NIM : P07131215013
Program Studi : Sarjana Terapan
Jurusan : Gizi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty- Free Right)** atas Skripsi saya yang berjudul:

Hubungan Antara Asupan Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat dengan Kadar Trigliserida pada Karyawan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Yogyakarta

Pada tanggal: 7 Mei 2019

Yang menyatakan



(Etika Putri Nugraheni)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Gizi pada Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Skripsi ini dapat terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Joko Susilo, SKM, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
3. Dr. Agus Wijanarka, S.SiT, M.Kes selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
4. Isti Suryani, DCN, M.Kes selaku Pembimbing Utama
5. Nugraheni Tri Lestari, SKM, MPH selaku Pembimbing Pendamping
6. Kedua orang tua (Bapak Purnamahari dan Ibu Siswantini), kakak (Dani N. Putratama), adik (Fatmawati T.) dan keluarga besar serta teman terkasih saya yang telah memberikan bantuan serta dukungan material maupun moral; dan
7. Teman-teman yang telah membantu saya dalam menyelesaikan Skripsi ini.
8. Karyawan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah bersedia menjadi responden penelitian.
9. Semua pihak yang telah menyumbangkan pemikiran, motivasi dan bantuan yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu.

Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalaq segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini dapat membawa manfaat bagi pengembangan ilmu, khususnya di bidang kesehatan.

Yogyakarta, 7 Mei 2019

Etika Putri Nugraheni

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRACT.....	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar belakang	1
B. Rumusan masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Ruang Lingkup Penelitian	5
F. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Telaah Pustaka.....	9
1. Trigliserida	9
2. Energi	14
3. Protein	16
4. Lemak	19
5. Karbohidrat.....	21
6. Aktivitas fisik	25
7. Kelebihan berat badan	25
8. Merokok	26
9. Konsumsi alkohol.....	27

10.	Penyakit	27
11.	Obat-obatan.....	28
12.	Keturunan.....	31
B.	Kerangka Teori.....	31
C.	Kerangka Konsep	31
D.	Hipotesis.....	32
BAB III METODE PENELITIAN		33
A.	Jenis dan Desain Penelitian	33
B.	Populasi dan Sampel	34
C.	Waktu dan Tempat Penelitian	35
D.	Variabel	35
E.	Definisi Operasional Variabel.....	36
F.	Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	37
G.	Instrumen Penelitian.....	38
H.	Prosedur Penelitian.....	38
I.	Manajemen Data	39
J.	Etika Penelitian	42
K.	Keterbatasan Penelitian	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		43
A.	Hasil	43
B.	Pembahasan.....	54
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		63
A.	Kesimpulan.....	63
B.	Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA		65
LAMPIRAN		68

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Struktur Kimia Trigliserida	9
Gambar 2. Metabolisme Trigliserida	11
Gambar 3. Modifikasi Kerangka Teori	31
Gambar 4. Kerangka Konsep	31
Gambar 5. Desain Penelitian.....	33
Gambar 6. Asupan Energi.....	47
Gambar 7. Asupan Protein.....	47
Gambar 8. Asupan Lemak.....	48
Gambar 9. Asupan Karbohidrat.....	49
Gambar 10. Kadar Trigliserida.....	50

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kandungan Lipid Dalam Berbagai Lipoprotein.....	12
Tabel 2. Klasifikasi Kadar Trigliserida.....	13
Tabel 3. Kategori IMT	26
Tabel 4. Kriteria Sindrom Metabolik.....	28
Tabel 5. Uji Normalitas.....	41
Tabel 6. Karakteristik Responden.....	45
Tabel 7. Asupan Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat.....	46
Tabel 8. Kadar Trigliserida.....	59
Tabel 9. Distribusi Subyek Berdasarkan Asupan Energi dan Kadar Trigliserida...	50
Tabel 10. Uji Korelasi Pearson Asupan Energi dengan Kadar Trigliserida.....	51
Tabel 11. Distribusi Subyek Berdasarkan Asupan Protein dan Kadar Trigliserida	51
Tabel 12. Uji Korelasi Pearson Asupan Protein dengan Kadar Trigliserida.....	52
Tabel 13. Distribusi Subyek Berdasarkan Asupan Lemak dan Kadar Trigliserida	52
Tabel 14. Uji Korelasi Pearson Asupan Lemak dengan Kadar Trigliserida.....	53
Tabel 15. Distribusi Subyek Berdasakan Asupan Karbohidrat dan Kadar Trigliserida.....	53
Tabel 16. Uji Korelasi Pearson Asupan Karbohidrat dengan Kadar Trigliserida..	54

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Persetujuan Komisi Etik.....	72
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian.....	73
Lampiran 3. Naskah PSP	74
Lampiran 4. <i>Informed Consent</i>	76
Lampiran 5. Formulir Skrining Calon Responden.....	77
Lampiran 6. Formulir Identitas Responden	78
Lampiran 7. Formulir SQ-FFQ	79
Lampiran 8. Analisis Statistika.....	83