

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA ASUPAN LEMAK DENGAN
OBESITAS SENTRAL DAN PROFIL LIPID PEGAWAI BLUD
RSJD DR RM SOEDJARWADI PROVINSI JAWA TENGAH**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan Gizi



**YUANITA SINAR YULIANTI
P07131318002**

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

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi

"Hubungan Antara Asupan Lemak dengan Obesitas Sentral dan Profil Lipid
Pegawai BLUD RSJD DR RM Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah"

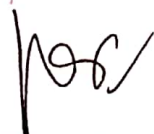
Disusun oleh :
YUANITA SINAR YULIANTI
P07131318002

telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :
24 September 2019

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,



Ir. Herawati, M.Kes
NIP. 195501141978012001



Weni Kurdanti, S.Si.T., M.Kes
NIP. 197302061997032001

24 September 2019
Korvika
Ketua Tim Gizi



Dr. Made Agus Gunawan, M.Si
NIP. 195701011986031001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

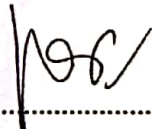
**"Hubungan Antara Asupan Lemak dengan Obesitas Sentral dan Profil Lipid
Pegawai BLUD RSJD DR RM Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah"**

Disusun Oleh :
YUANITA SINAR YULIANTI
NIM. P07131318002

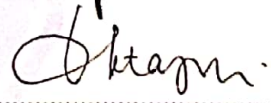
Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
Pada tanggal : 17 Juli 2019

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

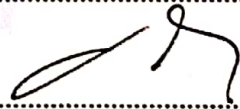
Ketua,
Ir. Herawati, M.Kes
NIP. 195501141978012001

(.....

.....)

Anggota,
1. Rina Oktasari, S.Si.T., M.Gizi
NIP. 197910022008122001

(.....

.....)

2. Weni Kurdanti, S.Si.T, M.Kes
NIP. 197302061997032001

(.....

.....)

Yogyakarta, 24 September 2019

Ketua Jurusan Gizi




Dr. Ir. I Made Mit Gunawan, M.Si
NIP. 1963241986031001

HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS

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

Nama : Yuanita Sinar Yulianti

NIM : P07131318002

Tanda Tangan : 

Tanggal : 27 September 2019

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMISI**

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

Nama : Yuanita Sinar Yulianti
NIM : P07131318002
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
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 Lemak dengan Obesitas Sentral dan Profil Lipid Pegawai BLUD RSJD DR RM Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah

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 tahap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta Pada

Tanggal : 27 September 2019

Yang Menyatakan



(Yuanita Sinar Yulianti)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga tugas penyusunan Skripsi dengan judul “Hubungan antara Asupan Lemak dengan Obesitas Sentral dan Profil Lipid Pegawai BLUD RSJD DR RM Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah”, dapat terselesaikan tepat pada waktunya.

Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarah dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada:

1. Bapak Joko Susilo, SKM, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
3. Ibu Ir. Herawati, M.Kes dan Ibu Weni Kurdanti, S.SiT, M.Kes selaku dosen pembimbing Skripsi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
4. Orang tua dan keluarga yang selalu membimbing kami.
5. RSJD DR RM Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah dan UPTD Laboratorium Dinkes Klaten yang memberikan kesempatan sebagai lokasi penelitian.
6. Syaifur Rohimah, A.Md.A.K dan Aldhina Yusmarajanti, A.Md.Gz yang telah membantu dalam pengambilan data.
7. Semua subyek penelitian yang telah bersedia bekerja sama dengan baik.
8. Teman-teman Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Jurusan Gizi.
9. Semua pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa penulisan Skripsi ini masih jauh dari sempurna. Penulis mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan Skripsi ini.

Yogyakarta, Agustus 2019

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMISI	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRACT	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Ruang Lingkup.....	6
E. Manfaat Penelitian	6
F. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Dewasa.....	10
B. Profil Lipid	13
C. Obesitas Sentral.....	27
D. Lemak	33
E. Kerangka Teori.....	41
F. Kerangka Konsep.....	42
G. Hipotesis	42
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	43
B. Populasi dan Subyek Penelitian	43
C. Waktu dan Tempat	44
D. Variabel Penelitian	44
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	45
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	49
G. Instrumen Penelitian.....	50
H. Prosedur Penelitian.....	50
I. Manajemen Data.....	52

J. Etika Penelitian.....	55
K. Keterbatasan Penelitian	56
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	58
B. Pembahasan	70
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	83
B. Saran	84
DAFTAR PUSTAKA	85
LAMPIRAN	89

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Klasifikasi Ambang Batas Profil Lipid	14
Tabel 2. Klasifikasi Lingkar Perut.....	27
Tabel 3. Klasifikasi Indeks Massa Tubuh	27
Tabel 4. Nilai Lemak Pada Makanan Menurut Kandungan Lemak Jenuh dan Lemak Tak Jenuh	36
Tabel 5. Karakteristik Subyek Penelitian.....	58
Tabel 6. Distribusi Subyek Penelitian Berdasarkan Asupan Lemak	59
Tabel 7. Distribusi Subyek Penelitian Berdasarkan Profil Lipid	60
Tabel 8. Distribusi Subyek Penelitian Berdasarkan Status Gizi.....	61
Tabel 9. Asupan Lemak Jenuh dengan Profil Lipid	62
Tabel 10. Asupan Lemak Tak Jenuh dengan Profil Lipid	64
Tabel 11. Asupan Lemak Jenuh dengan Obesitas Sentral	67
Tabel 12. Asupan Lemak Tak Jenuh dengan Obesitas Sentral	69

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Metabolisme Lipoprotein.....	15
Gambar 2. Kerangka Teori Penelitian	41
Gambar 3. Kerangka Konsep Penelitian	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Persetujuan Menjadi Subyek Penelitian	89
Lampiran 2. Hasil Analisis Univariat (SPSS 16.0)	90
Lampiran 3. Hasil Analisis Bivariat (SPSS 16.0) Asupan Lemak dengan Profil Lipid	91
Lampiran 4. Hasil Analisis Bivariat (SPSS 16.0) Asupan Lemak dengan Obesitas Sentral	95
Lampiran 5. Dokumentasi	97
Lampiran 6. Standar Prosedur Operasional Pita Lingkar Perut	99
Lampiran 7. SK Ijin Penelitian	100
Lampiran 8. Keterangan Lolos Kaji Etik	101
Lampiran 9. Sertifikat Uji Kalibrasi Pita Lingkar Perut	102

**THE RELATIONSHIP OF FAT INTAKES WITH
CENTRAL OBESITY AND LIPID PROFILE IN
BLUD EMPLOYEES OF RSJD DR. RM SOEDJARWADI
PROVINCE OF CENTRAL JAVA**

Yuanita Sinar Yulianti¹, Herawati², Weni Kurdanti³

¹)Student of Nutrition Department, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl. Tata
Bumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta 55293.

(Email : yuanoche@gmail.com)

^{2,3})Lecturers of Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

ABSTRACT

Background. High fat intake could increase lipid profile (triglycerides, HDL, LDL and total cholesterol). This was dyslipidemia. High fat intake also caused fat buildup in stomach. This was central obesity. Dyslipidemia and central obesity were risk factor of non-communicable diseases.

Objective. To learn how the relation of fat intakes, lipid profile and central obesity.

Method. Case study were conduct on 36 employees of Regional Mental Hospital Dr. RM Soedjarwadi Province of Central Java. Research variables were fat intake (saturated and unsaturated), lipid profile (triglycerides, HDL, LDL and total cholesterol) and central obesity (BMI and abdominal circumference). Hypothesis of research tested with chi square test.

Result. Fat intake (The 91,7% of employees consumed saturated fat 1 time/week. The 80,6% of employees consumed unsaturated fat 1 time/week. Those indicates low risk of dyslipidemia). Lipid profile (The 16,7% of employees had high triglycerides, the 11,1% of employees had low HDL, the 25% of employees had high LDL and the 27,8% employees had high total cholesterol). Central Obesity (The 50% of employees had BMI $\geq 25,0$ kg/m² and the 58,3% of employees had abdominal circumference $\geq 80,0$ cm). There were no significant relation fat intake (saturated and unsaturated) with central obesity.

Conclusion. There were no significant relation fat intake (saturated and unsaturated) with lipid profile. There were no significant relation fat intake (saturated and unsaturated) with central obesity.

Keywords: lipid profile, central obesity, fat intakes, employees

**HUBUNGAN ANTARA ASUPAN LEMAK DENGAN
OBESITAS SENTRAL DAN PROFIL LIPID
PEGAWAI BLUD RSJD DR. RM. SOEDJARWADI
PROVINSI JAWA TENGAH**

Yuanita Sinar Yulianti¹, Herawati², Weni Kurdanti³

¹)Mahasiswa Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl. Tata Bumi No. 3
Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta 55293.

(Email : yuanoche@gmail.com)

^{2,3})Dosen Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

ABSTRAK

Latar Belakang. Asupan lemak berlebih dapat meningkatkan profil lipid (trigliserida, HDL, LDL dan kolesterol total). Hal ini merupakan dyslipidemia. Asupan lemak berlebih juga dapat menyebabkan penumpukan lemak di perut. Hal ini merupakan obesitas sentral. Dislipidemia dan obesitas sentral adalah faktor risiko penyakit tidak menular.

Tujuan. Mengetahui keterkaitan antara asupan lemak, profil lipid dan obesitas sentral.

Metode Penelitian. Studi kasus dilakukan pada 36 pegawai RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah. Variabel penelitian yaitu asupan lemak (jenuh dan tak jenuh), profil lipid (trigliserida, HDL, LDL dan kolesterol total) dan obesitas sentral (IMT dan lingkaran perut). Hipotesis penelitian diuji dengan uji *chi square*.

Hasil. Asupan Lemak (Sebanyak 91,7% pegawai mengkonsumsi makanan lemak jenuh 1x/minggu. Sebanyak 80,6% pegawai mengkonsumsi makanan lemak tak jenuh 1x/minggu. Hal tersebut menunjukkan risiko rendah terhadap dislipidemia). Profil lipid (Sebanyak 16,7% pegawai mempunyai trigliserida tinggi, sebanyak 11,1% pegawai mempunyai HDL rendah, sebanyak 25% pegawai mempunyai LDL tinggi dan sebanyak 27,8% mempunyai kolesterol total tinggi). Obesitas sentral (Sebanyak 50% pegawai mempunyai IMT $\geq 25,0$ kg/m² dan sebanyak 58,3% pegawai mempunyai lingkaran perut $\geq 80,0$ cm). Tidak ada keterkaitan yang bermakna antara asupan lemak (jenuh dan tak jenuh) dengan obesitas sentral.

Kesimpulan. Tidak ada keterkaitan yang bermakna antara asupan lemak (jenuh dan tak jenuh) dengan profil lipid. Tidak ada keterkaitan yang bermakna antara asupan lemak (jenuh dan tak jenuh) dengan obesitas sentral.

Kata Kunci: profil lipid, obesitas sentral, asupan lemak, pegawai