

**SKRIPSI**

**PERBEDAAN KADAR KOLESTEROL TOTAL DAN  
TEKANAN DARAH SEBELUM DAN SESUDAH SENAM PADA  
LANSIA DI DESA BABAHAN KECAMATAN PENEHEL  
KABUPATEN TABANAN**



**Oleh:**

**NI PUTU DINAYANTI ANISA PUTRI**  
**NIM. P07134221007**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR  
PROGRAM STUDI TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIS  
PROGRAM SARJANA TERAPAN  
DENPASAR  
2025**

**SKRIPSI**

**PERBEDAAN KADAR KOLESTEROL TOTAL DAN  
TEKANAN DARAH SEBELUM DAN SESUDAH SENAM PADA  
LANSIA DI DESA BABAHAN KECAMATAN PENEHEL  
KABUPATEN TABANAN**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan  
Program Studi Teknologi Laboratorium Medis  
Program Sarjana Terapan**

**Oleh:**

**NI PUTU DINAYANTI ANISA PUTRI  
NIM. P07134221007**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR  
PROGRAM STUDI TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIS  
PROGRAM SARJANA TERAPAN  
DENPASAR  
2025**

## LEMBAR PERSETUJUAN

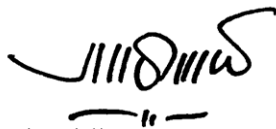
### PERBEDAAN KADAR KOLESTEROL TOTAL DAN TEKANAN DARAH SEBELUM DAN SESUDAH SENAM PADA LANSIA DI DESA BABAHAN KECAMATAN PENEHEL KABUPATEN TABANAN

Oleh:

NI PUTU DINAYANTI ANISA PUTRI  
NIM. P07134221007

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



Cokorda Dewi Widhya Hana Sundari, SKM., M.Si  
NIP. 196906211992032004

Pembimbing Pendamping



Luh Ade Wilan Krisna, S.Si., M.Ked., Ph.D  
NIP. 198301192012122001

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIS  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



  
Gusti Ayu Sri Devanaputri, SKM., MPH  
NIP. 197209011998032003

## LEMBAR PENGESAHAN

### SKRIPSI DENGAN JUDUL

### PERBEDAAN KADAR KOLESTEROL TOTAL DAN TEKANAN DARAH SEBELUM DAN SESUDAH SENAM PADA LANSIA DI DESA BABAHAN KECAMATAN PENEHEL KABUPATEN TABANAN

Oleh:

NI PUTU DINAYANTI ANISA PUTRI

NIM. P07134221007

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SENIN

TANGGAL : 5 MEI 2025

#### TIM PEMBIMBING SEMINAR:

- |                                                  |                     |                                                                                           |
|--------------------------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Ni Nyoman Astika Dewi, S.Gz., M.Biomed        | (Ketua Penguji)     | (  ) |
| 2. Cokorda Dewi Widhya Hana Sundari, SKM.,M.Si   | (Anggota Penguji 1) | (  ) |
| 3. Dr. dr. I Gusti Agung Dewi Sarihati, M.Biomed | (Anggota Penguji 2) | (  ) |

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIS  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR

  
Gusti Ayu Sri Dhyanaputri, SKM., MPH  
NIP. 197209011998032003

## **SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT**

Siapa yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ni Putu Dinayanti Anisa Putri

NIM : P07134221007

Program Studi : Sarjana Terapan Jurusan Teknologi Laboratorium Medis

Tahun Akademik : 2024/2025

Alamat : Br. Babahan Kanginan, Ds. Babahan, Kec. Penebel,  
Kab. Tabanan

Dengan ini menyatakan bahwa

1. Skripsi dengan judul Perbedaan Kadar Kolesterol Total dan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Senam Pada Lansia Di Desa Babahan Kecamatan Penebel Kabupaten Tabanan adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 29 April 2025

Yang membuat pernyataan



Ni Putu Dinayanti Anisa Putri

NIM. P07134221007

## LEMBAR PERSEMBAHAN

*Puji syukur dan terima kasih saya panjatkan kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena atas asung kertha nugraha-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu. Ida Sang Hyang Widhi Wasa selalu memberikan tuntunan dan jalan selama saya menempuh pendidikan di Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Kemenkes Denpasar.*

*Skripsi ini saya persembahkan kepada keluarga saya yang senantiasa memberi dukungan, doa, serta menjadi peran yang sangat besar selama kegiatan perkuliahan dan proses penyusunan skripsi ini. Mohon maaf yang saat ini saya hanya bisa mendoakan yang terbaik, semoga saya bisa segera membalas segala pengorbanan yang telah diberikan.*

*Hidup ini memang penuh dengan segala rintangan. Namun, setiap kesulitan yang kita hadapi adalah peluang untuk tumbuh dan terus belajar. Apabila merasa putus asa, ingatlah bahwa setiap langkah kecil menuju tujuanmu adalah sebuah prestasi yang patut disyukuri. Teruslah bergerak maju, bahkan jika langkahmu terasa lambat. Intinya adalah jangan berhenti untuk meraih segala impian yang kamu inginkan selama ini.*

## RIWAYAT PENULIS



Penulis bernama Ni Putu Dinayanti Anisa Putri yang lahir di Tabanan pada tanggal 19 Juni 2003. Penulis berasal dari Desa Babahan, Kecamatan Penebel, Kabupaten Tabanan. Penulis merupakan anak tunggal dari pasangan I Made Duana Merta (Ayah) dan Ni Komang Ayu Sugiartini (Ibu). Penulis memulai pendidikannya di tahun 2009 yakni di Taman Kanak-Kanak Shanti Kumara hingga tahun 2010. Pada tahun 2010 – 2016 penulis melanjutkan Pendidikan di SD Negeri 4 Babahan. Kemudian pada tahun 2016 – 2018 penulis melanjutkan Pendidikan di SMP Negeri 1 Penebel dan pada tahun 2018 – 2021 penulis menjadi siswi di SMA Negeri 1 Tabanan dengan mengambil jurusan IPA. Setelah menyelesaikan Pendidikan di jenjang sekolah menengah atas, penulis melanjutkan Pendidikan di Poltekkes Kemenkes Denpasar Program Sarjana Terapan Program Pendidikan Teknologi Laboratorium Medis.

**DIFFERENCES IN TOTAL CHOLESTEROL LEVELS AND BLOOD  
PRESSURE BEFORE AND AFTER EXERCISE IN ELDERLY IN DESA  
BABAHAN KECAMATAN PENEDEL KABUPATEN TABANAN**

**ABSTRACT**

Background: The aging process in the elderly can cause increased cholesterol levels and blood pressure, which are at risk of triggering degenerative diseases. Physical activity can be an effort to maintain health. This study aims to determine the differences in total cholesterol levels and blood pressure before and after exercise in the elderly. Method: This study used a quantitative method with a pre-experimental design (one group pretest-posttest), conducted in April in Babahan Village. The sample size was 40 elderly people taken using a purposive sampling technique. Subjects were given treatment in the form of exercise performed 2 times a week for 3 weeks. Cholesterol level data were obtained through serum examination with the enzymatic colorimetric method using the Cobas c111 tool, while blood pressure was measured with a tensiometer. Data analysis used the Paired t-test with a significance level of 0.05. Results: The average total cholesterol level before exercise was 202.5 mg / dL and after exercise it became 201.4 mg / dL. The average systolic blood pressure before exercise was 122.3 mmHg, after exercise it became 118.3 mmHg, the average diastolic blood pressure before exercise was 74.7 mmHg and after exercise it became 72 mmHg. Data analysis showed a significant difference between total cholesterol levels and blood pressure before and after exercise ( $p < 0.05$ ). Conclusion: There is a difference in total cholesterol levels and blood pressure before and after exercise in the elderly in Babahan Village.

Keywords: total cholesterol, blood pressure, elderly exercise



# PERBEDAAN KADAR KOLESTEROL TOTAL DAN TEKANAN DARAH SEBELUM DAN SESUDAH SENAM PADA LANSIA DI DESA BABAHAN KECAMATAN PENEHEL KABUPATEN TABANAN

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Proses penuaan menyebabkan berbagai perubahan fisiologis pada lansia, termasuk peningkatan kadar kolesterol dan tekanan darah yang dapat memicu penyakit degeneratif. Aktivitas fisik seperti senam lansia dapat menjadi upaya promotif dan preventif dalam menjaga kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kadar kolesterol total dan tekanan darah sebelum dan sesudah senam pada lansia. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain pra-eksperimental (*one group pretest-posttest*). Penelitian dilaksanakan pada bulan April di Desa Babahan, Kecamatan Penehel, Kabupaten Tabanan. Populasi sampel sebanyak 40 orang lansia yang diambil menggunakan teknik purposive sampling. Subyek penelitian diberi perlakuan berupa senam dilakukan sebanyak 2 kali seminggu dalam waktu 3 minggu. Data kadar kolesterol diperoleh melalui pemeriksaan serum dengan metode enzimatis kolorimetri menggunakan alat Cobas c111, sedangkan tekanan darah diukur dengan tensimeter dan stetoskop. Analisis data menggunakan uji *Paired t-test* dengan tingkat signifikansi 0,05. **Hasil:** Rata-rata kadar kolesterol total sebelum senam yaitu 202,5 mg/dL dan sesudah senam mengalami penurunan menjadi 201,4 mg/dL. Rata-rata tekanan darah sistole sebelum senam yaitu 122,3 mmHg, sesudah senam mengalami penurunan menjadi 118,3 mmHg, sedangkan rata-rata tekanan darah diastole sebelum senam 74,7 mmHg dan sesudah senam mengalami penurunan menjadi 72 mmHg. Analisis data menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara kadar kolesterol total dan tekanan darah sebelum dan sesudah senam ( $p < 0,05$ ). **Kesimpulan:** Terdapat perbedaan kadar kolesterol total dan tekanan darah sebelum dan sesudah senam pada lansia di Desa Babahan.

Kata Kunci: kolesterol total, tekanan darah, senam lansia

## **RINGKASAN PENELITIAN**

### **PERBEDAAN KADAR KOLESTEROL TOTAL DAN TEKANAN DARAH SEBELUM DAN SESUDAH SENAM PADA LANSIA DI DESA BABAHAN KECAMATAN PENEHEL KABUPATEN TABANAN**

Oleh: Ni Putu Dinayanti Anisa Putri

Proses penuaan atau *aging population* merupakan hasil dari perkembangan kesehatan yang baik, yaitu dapat memperpanjang usia harapan hidup penduduknya. Peningkatan jumlah orang lanjut usia mempunyai dampak yang signifikan. Bertambahnya usia adalah proses alami yang harus dilalui setiap orang. Masalah kesehatan muncul seiring dengan bertambahnya usia dan kondisi tubuh yang buruk. (Izhar, 2017).

Seiring bertambahnya usia, masalah metabolisme dan penyakit degeneratif seperti penyakit jantung koroner akan semakin umum terjadi, salah satunya kadar kolesterol darah yang tinggi merupakan penyebab gangguan metabolisme ini. Ketika kadar kolesterol di dalam tubuh tinggi maka proses aterosklerosis akan semakin tinggi. Aterosklerosis adalah gangguan kronis yang menyebabkan arteri menjadi kaku karena penumpukan plak (Naim, Sulastri & Hadi, 2019).

Kurangnya aktivitas fisik dapat menyebabkan peningkatan kadar kolesterol, serta berpotensi meningkatkan tekanan darah. Salah satu parameter yang memengaruhi hipertensi pada kelompok intervensi adalah usia. Seiring bertambahnya usia atau pada lansia, jantung akan menyusut secara signifikan karena rongga ventrikel kiri mengalami penyusutan diakibatkan menurunnya aktivitas fisik. Selain itu, sel-sel otot jantung juga akan kehilangan kekuatannya (Yanti, Alkafi & Yulita, 2021). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kadar kolesterol total dan tekanan darah sebelum dan sesudah senam pada lansia.

Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain pra-eksperimental (*one group pretest-posttest*). Pelaksanaan penelitian pada bulan April 2025 di Desa Babahan, Kecamatan Penebel, Kabupaten Tabanan. Populasi penelitian adalah lansia dengan jumlah sampel sebanyak 40 orang dipilih menggunakan teknik

*purposive sampling*. Perlakuan berupa senam lansia diberikan selama 3 minggu dengan frekuensi 2 kali seminggu. Data dikumpulkan melalui pemeriksaan kadar kolesterol menggunakan alat Cobas c111 dengan metode enzimatis kolorimetri, dan pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter dan stetoskop.

Berdasarkan hasil penelitian karakteristik dari subyek penelitian ini paling banyak dari rentang usia 60 – 74 tahun yaitu berjumlah 22 responden (50%) dengan mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 36 responden (90%). Hasil pemeriksaan kadar kolesterol total sebelum senam dengan rata-rata 202,5 mg/dL mengalami penurunan setelah melaksanakan senam dengan rata-rata menjadi 201,4 mg/dL. Rata-rata tekanan darah sistolik sebelum senam yaitu 122,3 mmHg mengalami penurunan setelah senam menjadi 118,3 mmHg, sedangkan tekanan darah diastolik sebelum senam 74,7 mmHg, setelah senam tekanan darah diastolik menurun menjadi 72 mmHg. Hasil analisis menggunakan uji *Paired t-test* kadar kolesterol total sebelum dan sesudah senam menunjukkan perbedaan yang signifikan dengan nilai  $0,028 < 0,05$ . Hasil analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* tekanan darah sistole sebelum dan sesudah senam menunjukkan hasil signifikansi  $0,000 < 0,05$ , tekanan darah diastole sebelum dan sesudah senam menunjukkan nilai signifikansi  $0,001 < 0,05$ . Dilihat dari kedua nilai signifikansi tersebut terdapat perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah senam.

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu ada perbedaan kadar kolesterol total dan tekanan darah sebelum dan sesudah senam pada lansia di Desa Babahan Kecamatan Penebel Kabupaten Tabanan. Diharapkan masyarakat dan khususnya lansia rutin mengikuti senam lansia sebagai bagian dari pola hidup sehat yang difasilitasi oleh petugas kesehatan dan kader posyandu lansia secara berkelanjutan.

Daftar bacaan: 38 (2014 – 2024)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Perbedaan Kadar Kolesterol Total Dan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Senam Pada Lansia Di Desa Babahan Kecamatan Penebel Kabupaten Tabanan” dengan baik dan tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan prodi Sarjana Terapan Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Dalam penyusunan Skripsi ini, penulis menemukan banyak kesulitan namun akhirnya dapat terlewati berkat bantuan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Sri Rahayu, S.Tr, Keb., S.Kep.Ners., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan kepada penulis dalam penyusunan Skripsi ini.
2. Ibu I Gusti Ayu Sri Dhyana Putri, S.KM., M.PH selaku Ketua Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan kepada penulis dalam penyusunan Skripsi ini.
3. Bapak Heri Setiyo Bakti, S.ST., M.Biomed selaku Ketua Prodi Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Program Sarjana Terapan yang telah memberikan bimbingan selama menempuh pendidikan di Jurusan Teknologi Laboratorium Medis hingga pada tahap penyusunan Skripsi ini di Poltekkes Kemenkes Denpasar.

4. Ibu Cokorda Dewi Widhya Hana Sundari, SKM., M.Si selaku pembimbing utama yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis dalam penyusunan Skripsi ini.
5. Ibu Luh Ade Wilan Krisna, S.Si., M.Ked., Ph.D selaku pembimbing pendamping yang senantiasa memberikan bimbingan dan masukan sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Bapak dan Ibu Dosen serta staff Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingan selama mengikuti pendidikan.
7. Bapak, Ibu selaku orang tua yang telah memberi motivasi, dorongan dan semangat sampai bisa dititik ini untuk menyelesaikan Skripsi.
8. Teman-teman mahasiswa Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Kemenkes Denpasar yang saling membantu dan sharing pembelajaran serta semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam menyelesaikan Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan dalam perbaikan Skripsi ini. Akhir kata, besar harapan penulis agar Skripsi ini bermanfaat.

Denpasar, 10 April 2025

Penulis

## DAFTAR ISI

|                                           |       |
|-------------------------------------------|-------|
| HALAMAN SAMPUL .....                      | i     |
| HALAMAN JUDUL.....                        | ii    |
| LEMBAR PERSETUJUAN.....                   | iii   |
| LEMBAR PENGESAHAN .....                   | iv    |
| SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....       | v     |
| LEMBAR PERSEMBAHAN .....                  | vi    |
| RIWAYAT PENULIS .....                     | vii   |
| <i>ABSTRACT</i> .....                     | viii  |
| ABSTRAK .....                             | ix    |
| RINGKASAN PENELITIAN .....                | x     |
| KATA PENGANTAR .....                      | xii   |
| DAFTAR TABEL .....                        | xvi   |
| DAFTAR GAMBAR .....                       | xvii  |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                      | xviii |
| DAFTAR SINGKATAN .....                    | xix   |
| BAB I PENDAHULUAN .....                   | 1     |
| A. Latar Belakang.....                    | 1     |
| B. Rumusan Masalah.....                   | 5     |
| C. Tujuan Penelitian .....                | 5     |
| D. Manfaat.....                           | 6     |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....              | 8     |
| A. Lanjut Usia .....                      | 8     |
| B. Kolesterol.....                        | 10    |
| C. Tekanan Darah.....                     | 19    |
| D. Senam Lansia.....                      | 23    |
| BAB III KERANGKA KONSEP.....              | 32    |
| A. Kerangka Konsep .....                  | 32    |
| B. Variabel dan Definisi Operasional..... | 33    |
| C. Hipotesis .....                        | 35    |
| BAB IV METODE PENELITIAN .....            | 36    |
| A. Jenis Penelitian .....                 | 36    |
| B. Alur Penelitian .....                  | 36    |

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| C. Tempat dan Waktu Penelitian.....       | 37 |
| D. Populasi dan Sampel.....               | 37 |
| E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data..... | 44 |
| F. Pengolahan dan Analisis Data.....      | 45 |
| G. Etika Penelitian.....                  | 46 |
| BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....           | 48 |
| A. Hasil Penelitian.....                  | 48 |
| B. Pembahasan .....                       | 53 |
| BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN .....         | 59 |
| A. Simpulan.....                          | 59 |
| B. Saran .....                            | 59 |
| DAFTAR PUSTAKA .....                      | 61 |
| LAMPIRAN.....                             | 73 |

## DAFTAR TABEL

|                                                                            |    |
|----------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1 Interpretasi kadar kolesterol.....                                 | 14 |
| Tabel 2 Definisi Operasional Variabel.....                                 | 35 |
| Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Usia.....                         | 50 |
| Tabel 4 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....               | 51 |
| Tabel 5 Hasil Pemeriksaan Kadar Kolesterol Total.....                      | 51 |
| Tabel 6 Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah .....                              | 52 |
| Tabel 7 Hasil Uji <i>Paired Sampel T-Test</i> Kadar Kolesterol Total ..... | 53 |
| Tabel 8 Hasil Uji <i>Wilcoxon Signed-Rank Test</i> Tekanan Darah .....     | 53 |



## DAFTAR GAMBAR

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| Gambar 1 Struktur Molekul Kolesterol..... | 11 |
| Gambar 2 Kerangka Konsep .....            | 33 |
| Gambar 3 Hubungan Antar Variabel .....    | 34 |
| Gambar 4 Alur Penelitian.....             | 37 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                     |    |
|---------------------------------------------------------------------|----|
| Lampiran 1 Surat Izin Penelitian.....                               | 66 |
| Lampiran 2 Surat Izin Ke Puskesmas Pembantu Desa Babahan .....      | 67 |
| Lampiran 3 Surat Izin Penelitian ke Dinas Penanaman Modal.....      | 68 |
| Lampiran 4 Surat Izin Penelitian Dari Dinas Penanaman.....          | 69 |
| Lampiran 5 Surat Etik Penelitian .....                              | 70 |
| Lampiran 6 <i>Informed Consent</i> .....                            | 71 |
| Lampiran 7 Lembar Kuesioner Penelitian .....                        | 74 |
| Lampiran 8 Rekapitulasi Data Responden.....                         | 75 |
| Lampiran 9 Rekapitulasi Hasil.....                                  | 78 |
| Lampiran 10 Dokumentasi Kegiatan .....                              | 81 |
| Lampiran 11 Hasil Pemeriksaan Kolesterol Total .....                | 83 |
| Lampiran 12 Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository ..... | 85 |
| Lampiran 13 Validasi Bimbingan Siak.....                            | 86 |
| Lampiran 14 Hasil Turnitin.....                                     | 87 |

## DAFTAR SINGKATAN

|      |   |                                                |
|------|---|------------------------------------------------|
| FIG  | : | <i>Federation International de Gymnastique</i> |
| HDL  | : | <i>High Density Lipoprotein</i>                |
| IDL  | : | <i>Interprediate Density Lipoproteion</i>      |
| LDL  | : | <i>Low Density Lipoprotein</i>                 |
| POCT | : | <i>Point Of Care Testing</i>                   |
| VLDL | : | <i>Very Low Density Lipoprotein</i>            |