RINGKASAN PENELITIAN

Perbedaan Kadar Kolesterol Total Berdasarkan Konsumsi *Seredele* dan Kejadian Obesitas Sentral Pada Dewasa Di Desa Guwang, Kecamatan Sukawati, Kabupaten Gianyar

Oleh : Luh Putu Sri Lestari (P07131215049)

Hiperkolesterol merupakan penyakit yang disebabkan konsumsi pangan yang kurang sehat, terlalu banyak mengkonsumsi makanan mengandung asam lemak jenuh dan kolesterol serta kurang asupan serat. Pada umumnya masalah hiperkolestrol dialami oleh orang gemuk atau obesitas sehingga konsumsi makanan sangat mempengaruhi kesehatan. Pola konsumsi adalah berbagai informasi yang memberikan gambaran mengenai jumlah dan jenis bahan makanan yang dimakan setiap hari oleh satu orang dan mempunyai ciri khas untuk suatu kelompok masyarakat tertentu. Bali adalah satu daerah yang memiliki ragam makanan yang unik, khususnya di daerah Desa Guwang, Gianyar, Bali.

Desa Guwang memiliki kebiasan mengonsumsi makanan khas yaitu *seredele* sebagai pelengkap saat makan. Olahan fermentasi kedelai, seperti *seredele* merupakan makanan yang memiliki kandungan serat, protein dan isoflavon yang baik. Dikemukakan pula efek langsung protein olahan fermentasi kedelai dapat menekan sekresi insulin dan glukagon sehingga menghambat lipogenesis, serta pengaruhnya terhadap reseptor LDL Selain pengaruh positip isoflavon, kandungan seratnya dapat berperan menurunkan kadar kolesterol.

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui perbedaan kadar kolesterol total berdasarkan kejadian obesitas sentral dan konsumsi *seredele* di Desa Guwang, Kecamatan Sukawati, Kabupaten Gianyar. Jenis penelitian ini adalah penelitian *observasional.* Rancangan penelitian yang digunakan adalah desain *cross sectional.*

Data jumlah *seredele* diperoleh dari kuisioner yang telah berisi pertanyaan terkait konsumsi *seredele*. Jumlah konsumsi *seredele* dicatat dalam bentuk URT lalu dikonversi dalam bentuk gram. Data hasil kadar kolesterol di dapat setelah melakukan pengecekan kadar kolesterol total pada sampel menggunakan alat Easy Touch GCU. Nilai yang diperoleh dikatagorikan tinggi ≥

200 mg/dl dan rendah < 200 mg/dl. Menentukan obestas sentral digunakan rasio lingkar pinggang panggul (RLPP) menggunakan pita metlin. Katagori rasio lingkar pinggang pinggul (RLPP) yaitu : Laki-laki tidak obes ≤ 0,90 dan obes > 0,90. Pada perempuan yang tidak obes ≤ 0,80 dan obes > 0,80. Menganalisis perbedaan antar variable digunakan uji statistic t-test.

Hasil uji t-test antara jumlah dan frekuensi konsumsi *seredele* yaitu sebesar (p=0,00) sehingga menunjukan bahwa terdapat perbedaan secara signifikan. Kelompok jumlah konsumsi *seredele* yang tergolong kurang minimal dengan kadar kolesterol 111 mg/dl dan maksimal 334 mg/dl. Kelompok konsumsi *seredele* yang tergolong baik minimal dengan kadar kolesterol 105 mg/dl dan maksimal 194 mg/dl. Selain itu, kelompok frekuensi konsumsi *seredele* yang tergolong kurang minimal dengan kadar kolesterol 111 mg/dl dan maksimal 334 mg/dl. Kelompok frekuensi konsumsi *seredele* tergolong baik minimal dengan kadar kolesterol 105 mg/dl dan maksimal 272 mg/dl. Hasil uji t-test antara kadar kolesterol total dengan obesitas sentral yaitu sebesar (p=0,047) sehingga menunjukan bahwa terdapat perbedaan secara signifikan. Kelompok obesitas minimal dengan kadar kolesterol 105 mg/dl dan maksimal 334 mg/dl sedangkan kelompok tidak obesitas minimal dengan kadar kolesterol 111 mg/dl dan maksimal 333 mg/dl. Bagi masyarakat Desa Guwang, Gianyar, Bali diharapkan tetap mengkonsumsi *seredele* untuk menurunkan kadar kolesterol total.