

SKRIPSI

**PERBEDAAN KADAR KOLESTEROL TOTAL BERDASARKAN
KONSUMSI DAGING BABI DAN STATUS OBESITAS PADA
MASYARAKAT
(KAJIAN PUSTAKA)**



Oleh:

Ni Made Ari Kusumadewi
NIM. (P07131217080)

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2021**

SKRIPSI

**PERBEDAAN KADAR KOLESTEROL TOTAL BERDASARKAN
KONSUMSI DAGING BABI DAN STATUS OBESITAS PADA
MASYARAKAT
(KAJIAN PUSTAKA)**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

**Oleh:
Ni Made Ari Kusumadewi
NIM. (P07131217080)**

**KEMENTRIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR**

2021

LEMBAR PERSETUJUAN
PERBEDAAN KADAR KOLESTEROL TOTAL BERDASARKAN
KONSUMSI DAGING BABI DAN STATUS OBESITAS PADA
MASYARAKAT
(KAJIAN PUSTAKA)

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,



G.A Dewi Kusumavanti, DCN, M.Kes
NIP.196604261989032003

Pembimbing Pendamping,

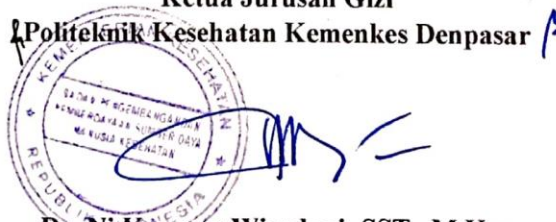


Dr. I Wawan Juniarsana, SST, M.Fis
NIP.196706071992031004

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes.
NIP. 19670316 1990032002

**KAJIAN PUSTAKA DENGAN JUDUL:
PERBEDAAN KADAR KOLESTEROL TOTAL
BERDASARKAN KONSUMSI DAGING BABI DAN STATUS
OBESITAS PADA MASYARAKAT**

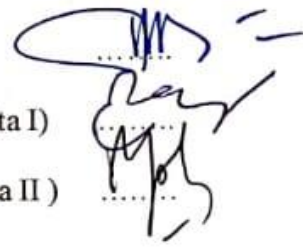
TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : Senin

TANGGAL : 5 April 2021

TIM PENGUJI :

1. Dr. Ni Komang Wiardani, SST,M.Kes (Ketua)
2. Lely Cintari, SST.,MPH (Anggota I)
3. G.A Dewi Kusumayanti, DCN.,M.Kes (Anggota II)



**Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi**

Politeknik Kesehatan Kemenskes Denpasar,



Dr. Ni Komang Wiardani SST., M.Kes.

NIP. 19670316 1990032002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Made Ari Kusumadewi

NIM : P07131217080

Program studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Jurusan : Gizi

Tahun akademik: 2021

Alamat : Br. Dinas Petiles Desa Antosari Selamadeg Barat Tabanan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi dengan judul Perbedaan Kadar Kolesterol Total berdasarkan Konsumsi Daging Babi dan Status Obesitas Pada Masyarakat (Kajian Pustaka) adalah benar **karya saya sendiri atau bukan plagiat dari orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti tugas akhir 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, Maret 2021

Yang membuat pernyataan



(Ni Made Ari Kusumadewi)

NIM: P07131217080

**PERBEDAAN KADAR KOLESTEROL TOTAL BERDASARKAN
KONSUMSI DAGING BABI DAN STATUS OBESITAS PADA
MASYARAKAT
(KAJIAN PUSTAKA)**

ABSTRAK

Penderita Obesitas sering kali dikaitkan dengan kadar kolesterol yang tinggi. Hal ini dikarenakan obesitas dan kolesterol tinggi memiliki faktor penyebab yang sama. Salah satu factor yang mempengaruhi yakni mengkonsumsi makanan yang tinggi serat dan tinggi lemak. Salah satu makanan yang mengandung lemak tinggi adalah daging babi. Jika dibandingkan dengan daging sapi, daging babi memiliki kandungan lemak lebih banyak, kandungan lemak daging babi yakni 45,0 gram. Tujuan Mengetahui Perbedaan Kadar Kolesterol Total Berdasarkan Konsumsi Daging Babi dan Status Obesitas Pada Masyarakat. Jenis penelitian menggunakan penelusuran pustaka (literature review) yang berkaitan dengan topik yang peneliti bahas. Subjek dalam penelusuran pustaka adalah Kadar Kolesterol, Konsumsi daging babi dan status Obesitas. Cara pengumpulan pustaka melalui dua database (*google scholar* dan *pubmed*) yang dicari mulai tahun 2013-2020. Metode analisa deskriptif yang mengolah data dengan menggambarkan data meringkas data secara ilmiah. Hasil penelusuran pustaka didapatkan 6 pustaka yang sesuai kriteria inklusi yang berkaitan dengan topik yang dibahas. Kesimpulan penelusuran pustaka ini adalah tidak adanya hubungan yang signifikan antara kadar kolesterol dengan status obesitas, hal ini dikarenakan kadar kolesterol lebih di pengaruhi oleh konsumsi makanan yang berlemak. Berdasarkan penelusuran pustaka yang dilakukan bahwa kadar kolesterol dapat dipengaruhi oleh konsumsi daging babi.

Kata kunci: Kadar Kolesterol, Konsumsi Daging Babi, Obesitas

**DIFFERENCES OF TOTAL CHOLESTEROL LEVELS BASED
ON PORK CONSUMPTION AND OBESITY STATUS IN THE
COMMUNITY
(LITERATUR REVIEW)**

ABSTRACT

Obesity is often associated with high cholesterol levels. This is because obesity and high cholesterol have the same contributing factors. One of the factors that influence is consuming foods that are high in fiber and high in fat. One of the foods that contain high fat is pork. When compared to beef, pork has more fat content, pork fat content of 45.0 grams. The purpose of knowing the difference in total cholesterol levels based on pork consumption and obesity status in the community. This type of research uses literature review which is related to the topics that the researchers discussed. Subjects in literature search were Cholesterol Levels, consumption of pork and obesity status. The method of collecting literature is through two databases (*google scholar and pubmed*) which are searched from 2013-2020. Descriptive analysis method that processes data by describing the data summarizes the data scientifically. The literature search results obtained 6 references that match the inclusion criteria related to the topics discussed. The conclusion of this literature search is that there is no significant relationship between cholesterol levels and obesity status, this is because cholesterol levels are more influenced by the consumption of fatty foods. Based on the literature search conducted, cholesterol levels can be influenced by consumption of pork.

Keywords: Cholesterol Levels, Pork Consumption, Obesity

RINGKASAN

PERBEDAAN KADAR KOLESTEROL TOTAL BERDASARKAN KONSUMSI DAGING BABI DAN STATUS OBESITAS PADA MASYARAKAT (KAJIAN PUSTAKA)

Oleh: Ni Made Ari Kusumadewi

Pada era modern ini sangat berdampak terhadap perubahan gaya hidup dan pola makan. Gaya hidup dan pola makan inilah yang memicu timbulnya obesitas. Obesitas yang menetap selama periode waktu tertentu, kilokalori yang masuk melalui makanan lebih banyak dapat menyebabkan terjadinya gangguan system metabolic berupa hiperkolesterolemia. Penyebab hiperkolesterolemia bukan karena status gizi dan jumlah lemak yang di konsumsi tetapi berkaitan dengan jenis konsumsi lemak (Padmiari, dkk 2014).

Beberapa faktor yang mempengaruhi kadar kolesterol total adalah pola makan tinggi serat, tinggi lemak, kebiasaan merokok, jenis kelamin, obesitas dan aktivitas fisik (Annies, 2014). Salah satu makanan yang tinggi lemak adalah daging babi. Jika dibandingkan dengan makanan hewani lainnya daging babi mempunyai kandungan lemak yang paling tinggi (DKBM, 1996). Kandungan lemak daging babi sebesar 45,0 gram. Diketahui daging babi mengandung kolesterol yang tinggi mencapai 2530 mg/100 gram daging babi (Ruslianti, 2014).

Tujuan dari kajian pustaka ini adalah untuk mengetahui Perbedaan Kadar Kolesterol Total Berdasarkan Konsumsi Daging Babi dan Status Obesitas. Jenis penelitian yang digunakan yakni penelusuran pustaka (*literature review*) yang berkaitan dengan topik yang peneliti bahas. Subjek dalam penelusuran pustaka yaitu kadar kolesterol, konsumsi daging babi dan status obesitas. Cara pengumpulan pustaka melalui dua database (*google scholar dan pubmed*) yang dicari mulai tahun 2013-2020. Metode analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisa deskriptif yang mengolah data dengan

menggambarkan data meringkas data secara ilmiah. Data disajikan dengan uraian tentang temuan dalam bentuk tulisan.

Karakteristik sampel penelitian yang digunakan sebagai sampel pada 6 artikel cukup beragam. Usia sampel yang digunakan yakni dari umur 21 tahun sampai dengan yang paling tua berumur 65 tahun. Untuk karakteristik berdasarkan jenis kelamin, yakni 5 artikel menyebutkan perempuan lebih banyak menjadi sampel dan 1 artikel menyebutkan mayoritas sampel yang digunakan adalah laki-laki. mengenai hubungan kadar kolesterol dengan status obesitas ditemukan bahwa sebagian besar memiliki status obesitas yang tinggi. Kemudian kadar kolesterol sampel pada setiap artikel memiliki kadar kolesterol normal. Pada hubungan kadar kolesterol total dengan konsumsi daging babi pada satu artikel menyatakan konsumsi daging babi yang tinggi menyebabkan kadar kolesterol total tinggi

Kesimpulan penelusuran pustaka ini adalah tidak adanya hubungan antara kadar kolesterol dengan status obesitas, hal ini dikarenakan kadar kolesterol lebih di pengaruhi oleh konsumsi makanan yang berlemak. Namun berdasarkan penelusuran pustaka yang dilakukan terkait hubungan kadar kolesterol dengan konsumsi daging babi bahwa kadar kolesterol dapat dipengaruhi oleh konsumsi daging babi.

Daftar Bacaan: (tahun 1996 - tahun 2020)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmatNya penulis dapat menyelesaikan Kajian Pustaka yang berjudul “Perbedaan Kadar Kolesterol Total Berdasarkan Konsumsi Daging Babi dan Status Obesitas Pada Masyarakat.” Tepat pada waktunya.

Dalam penyusunan studi literatur ini, penulis banyak mengalami hambatan. Hal itu dikarenakan terbatasnya pengetahuan yang dimiliki penulis. Namun berkat petunjuk, masukan dan dorongan dari berbagai pihak akhirnya studi literatur ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu. Untuk itu penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. G. A Dewi Kusumayanti, DCN.M.Kes selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan bimbingan, saran, dan koreksi serta waktu dalam penyusunan kajian pustaka ini.
2. DR. I Wayan Juniarsana, SST.M.Fis selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan bimbingan, saran dan koreksi serta waktu dalam penyusunan kajian pustaka ini.
3. Direktur Poltekkes Denpasar, Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar, seluruh dosen dan staff Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan penulis dalam menyelesaikan kajian pustaka ini

4. Orangtua dan teman-teman serta semua pihak yang sudah membantu serta turut memberikan motivasi kepada penulis dalam menyusun kajian pustaka ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa studi literatur ini masih jauh dari sempurna. Penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi penyempurnaan proposal skripsi ini. Penulis berharap studi literatur ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Penulis

(Ni Made Ari Kusumadewi)

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
RINGKASAN PENELITIAN	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan.....	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Kadar Kolesterol	5
B. Obesitas	8
C. Konsumsi Pangan.....	11
D. Daging Babi.....	12
BAB III KERANGKA KONSEP.....	14
A. Kerangka Konsep Penelitian	14
B. Variabel dan Definisi Operasional.....	14
BAB IV METODE PENELITIAN.....	15
A. Jenis Rancangan Penelitian	15
B. Waktu Penelitian.....	15
C. Sumber Data	15
D. Kriteria Inklusi dan Eklusi Jurnal	16
E. Subjek Penelitian	16
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	17
G. Pengolahan dan Analisis Data	19

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	20
A. Hasil	20
B. Pembahasan	28
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	33
A. Kesimpulan.....	33
B. Saran.....	34
DAFTAR PUSTAKA.....	35
LAMPIRAN.....	37

DAFTAR TABEL

Nomor	Halaman
1. Parameter Kadar Kolesterol Total.....	7
2. Kategori Indek Masa Tubuh (IMT) menurut Asia Pasifik.....	10

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Halaman
1. Kerangka Konsep.....	14
2. Langkah-langkah Pengumpulan data.....	17
3. Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin.....	21
4. Distribusi Sampel Berdasarkan Kelompok Umur.....	22
5. Kadar Kolesterol Berdasarkan Status Obesitas.....	23
6. Gambaran Kadar Kolesterol Total Sampel.....	25

