

**GAMBARAN KADAR KOLESTEROL TOTAL
PADA PEMINUM KOPI DI BANJAR MELAYA KRAJAN
KECAMATAN MELAYA KABUPATEN JEMBRANA**



OLEH :
NI PUTU RICHA FEBRIANTI
P07134019031

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIS
PROGRAM DIPLOMA III
DENPASAR
2021**

**GAMBARAN KADAR KOLESTEROL TOTAL
PADA PEMINUM KOPI DI BANJAR MELAYA KRAJAN
KECAMATAN MELAYA KABUPATEN JEMBRANA**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKEKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIS
PRODI D III
2022**

LEMBAR PERSETUJUAN

GAMBARAN KADAR KOLESTEROL TOTAL PADA PEMINUM KOPI DI BANJAR MELAYA KRAJAN KECAMATAN MELAYA KABUPATEN JEMBRANA

Oleh:
NI PUTU RICHA FEBRIANTI
P07134019031

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama

Cokorda Dewi Widhya Hana Sundari., S.KM., M.Si.
NIP. 196906211992032004

Pembimbing Pendamping

Surya Bayu Kurniawan.S.Si
NIP. 198808132010121001

MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIS
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



Cokorda Dewi Widhya Hana Sundari., S.KM., M.Si.
NIP. 196906211992032004

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH DENGAN JUDUL :

GAMBARAN KADAR KOLESTEROL TOTAL PADAPEMINUM KOPI DI BANJAR MELAYA KRAJAN KECAMATAN MELAYA KABUPATEN JEMBRANA

Oleh:
NI PUTU RICHA FEBRIANTI
P07134019031

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

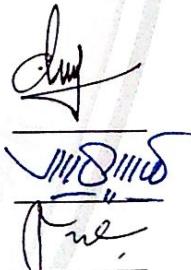
PADA HARI : SELASA

TANGGAL : 14 JUNI 2022



TIM PENGUJI

1. Dr. drg. I Gusti Agung Ayu Dharmawati, M.Biomed (Ketua)
2. Cokorda Dewi Widhya Hana Sundari.,S.KM.,M.Si (Anggota)
3. Luh Putu Rinawati, S.Si (Anggota)



MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIS
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



Cokorda Dewi Widhya Hana Sundari., S. KM., M.Si.
NIP. 196906211992032004

LEMBAR PERSEMPAHAN

puji syukur kepada Tuhan yang telah memebrikan jalan serta tuntunan pada setiap langkah yang saya dalam menempuh pendidikan di D3 jurusan Teknologi Laboratorium Medis,Poltekkes Kemenkes Denpasar, pada kesempatan kali ini saya ingin mengucapkan terimakasih kepada dosen pengajar, dosen pembimbing maupun dosen penguji sehingga saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Karya ini saya

persesembahkan kepada orang tua, adik, teman-teman dan semua orang yang telah mendukung serta memberikan semangan selama saya menempuh perkuliahan.

Terimakasih

SURAT PERNYATAAN PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Putu Richa Febrianti

NIM : P07134019031

Program Studi : D-III

Jurusan : Teknologi Laboratorium Medis

Tahun Akademik : 2021/2022

Alamat : Banjar Melaya Krajan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya Tulis Ilmiah dengan judul Gambaran Kadar Kolesterol Total Pada Peminum Kopi Di Banjar Melaya Krajan Kecamatan Melaya Kabupaten Jembarana adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Karya Tulis Ilmiah 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, 28 Mei 2022

Yang membuat pernyataan



Ni Putu Richa Febrianti
NIM. P07134019031

RIWAYAT PENULIS



Penulis adalah Ni Putu Richa Febrianti yang dilahirkan di Melaya pada tanggal 26 Februari 2001 dari ayah I Gede Kariada dan Ibu Ni Komang Puriani S.E. Penulis merupakan anak pertama dari dua bersaudara dan berkewarganegaraan Indonesia serta beragama Kristen.

Penulis memulai pendidikan pada Tahun 2006 di TK Pertiwi Desa Melaya. Pada Tahun 2007-2013 penulis melanjutkan pendidikan kejenjang Sekolah Dasar di SD Negeri 4 Melaya. Pada tahun 2013-2016 penulis melanjutkan pendidikan ke jenjang sekolah menengah pertama di SMPK 3 Harapan Melaya. Pada tahun 2016-2019 penulis melanjutkan pendidikan ke jenjang sekolah menengah kejurusan di SMK Negeri 4 Negara. Pada tahun 2019 penulis menyelesaikan pendidikan disekolah menengah atas dan melanjutkan pendidikan di Politeknik Kesehatan Denpasar Program Studi Diploma III Jurusan Tekbologi Laboratorium Medis.

THE DESCRIPTIONS OF TOTAL CHOLESTEROL IN COFFEE DRINKERS AT BANJAR MELAYA KRAJAN MELAYA DISTRICT, JEMBRANA REGENCY

ABSTRACT

Background: Elevated total cholesterol levels are a risk factor for various non-communicable diseases such as heart disease and stroke. Risk factors that can affect total cholesterol levels are age, physical activity and the volume of coffee consumption.**Purpose:** The purpose of this study was to determine total cholesterol levels in coffee drinkers. The type of research is descriptive research conducted in Banjar Melaya Krajan in February-May 2022. As a population of 63 male coffee drinkers in Banjar Melaya Krajan with a sample size of 30 respondents, using a purposive sampling technique. **Method:** Examination of total cholesterol levels using venous blood with the CHOD-PAP method. **Result:** The results showed that coffee drinkers with normal total cholesterol levels were 83.3% and 16.7% high. Abnormal total cholesterol levels were found in the age range of 45-54 years as much as 10% with physical activity <3 times / day as much as 16.7% and in consumption of coffee 3-5 cups / day as much as 10%. **Conclusion:** The conclusion of this study was that most of the men in Banjar Melaya Krajan had normal total cholesterol levels.

Keywords: Total Cholesterol Levels, Coffee Drinkers

**GAMBARAN KADAR KOLESTEROL TOTAL
PADA PEMINUM KOPI DI BANJAR MELAYA KRAJAN
KECAMATAN MELAYA KABUPATEN JEMBRANA**

ABSTRAK

Latar Belakang: Kadar kolesterol total yang meningkat merupakan salah satu faktor risiko dari berbagai macam penyakit tidak menular seperti penyakit jantung dan stroke. Faktor risiko yang dapat mempengaruhi kadar kolesterol total adalah usia, aktifitas fisik dan jumlah volume banyaknya konsumsi kopi. **Tujuan:** untuk mengetahui kadar kolesterol total pada peminum kopi dengan Jenis penelitian yaitu penelitian deskriptif yang dilaksanakan di Banjar Melaya Krajan pada bulan Februari-Mei 2022. Sebagai populasi sebanyak 63 orang laki-laki peminum kopi di Banjar Melaya Krajan dengan besar sampel yaitu 30 responden, dengan teknik pengambilan yaitu *purposive sampling*. **Metode:** Pemeriksaan kadar kolesterol total ini mepergunakan darah vena dengan metode CHOD-PAP. **Hasil:** Hasil penelitian diperoleh bahwa peminum kopi dengan kadar kolesterol total normal sebanyak 83,3% dan tinggi sebanyak 16,7%. Kadar kolesterol total tidak normal banyak ditemukan pada rentang usia 45-54 tahun sebanyak 10% dengan aktifitas fisik <3 kali/hari sebanyak 16,7% dan pada konsumsi kopi 3-5 gelas/hari sebanyak 10%. **Kesimpulan:** kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagian besar laki-laki di Banjar Melaya Krajan memiliki kadar kolesterol total normal.

Kata kunci : Kadar Kolesterol Total, Peminum Kopi

RINGKASAN PENELITIAN

GAMBARAN KADAR KOLESTEROL TOTAL PADA PEMINUM KOPI DI BANJAR MELAYA KRAJAN KECAMATAN MELAYA KABUPATEN JEMBRANA

Oleh : Ni Putu Richa Febrianti (P08134019031)

Kopi merupakan salah satu jenis tanaman perkebunan yang sudah lama dibudidayakan dan memiliki nilai ekonomis yang lumayan tinggi. Perkembangan kopi yang pesat membuat minuman ini sudah menjadi bagian dari kebiasaan dan budaya masyarakat. Di Banjar Melaya Krajan sendiri merupakan salah satu Banjar dimana ditemukan masyarakatnya masih banyak yang mengonsumsi kopi. Seseorang ingin mengonsumsi kopi karena cita rasa yang khas, aroma, dan jenis kopi yang mereka suka, alasan lain dalam mengonsumsi kopi adalah sebagai sarana pergaulan bersama teman dan mengunggah inspirasi. Disisi lain, kopi sering dikaitkan dengan sejumlah faktor risiko penyakit, termasuk meningkatkan

Kadar Kolesterol total karena kandungan kafein dan kafestol dalam kopi. Kadar kolesterol total di dalam darah sangat berpengaruh terhadap pembentukan plak pada dinding pembuluh darah. Tingginya kadar kolesterol di dalam darah merupakan permasalahan yang serius karena merupakan salah satu faktor risiko dari berbagai macam penyakit tidak menular seperti penyakit jantung dan stroke.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kadar kolesterol total pada peminum kopi dengan Jenis penelitian yaitu penelitian deskriptif yang dilaksanakan di Banjar Melaya Krajan pada bulan Februari-Mei 2022. Sebagai populasi sebanyak 63 orang laki-laki peminum kopi di Banjar Melaya Krajan dengan besar sampel yaitu 30 responden, dengan teknik pengambilan yaitu *purposive sampling*. Pemeriksaan kadar kolesterol total ini menggunakan darah vena dengan metode CHOD-PAP.

Hasil pemeriksaan kadar kolesterol total pada peminum kopi diperoleh sebanyak 25 responden (83,3%) memiliki kadar kolesterol total normal dan sebanyak 5 responden (16,7%) memiliki kadar kolesterol total tinggi. Kadar

kolesterol total tinggi paling banyak ditemukan pada kelompok usia 45-54 tahun yaitu sebanyak 3 responden (10%), Berdasarkan aktivitas fisik, responden dengan aktivitas fisik <3 kali/hari sebanyak 5 responden (16,7%) memiliki kadar kolesterol total tinggi. dan kadar kolesterol total tinggi terbanyak ditemukan pada responden dengan konsumsi kopi sebanyak 3-5 gelas/hari yaitu sebanyak 3 responden (10%). Dapat disimpulkan bahwa 16,7% responden yang memiliki kadar kolesterol total tinggi paling banyak ditemukan pada kelompok usia 45-54 tahun, melakukan aktivitas fisik <3 kali/ hari dan mengonsumsi kopi sebanyak 3-5 gelas/ hari

Tingginya kadar kolesterol total dapat membahayakan kesehatan, oleh karena itu bagi Peminum kopi di Banjar Melaya Krajan Kecamatan Melaya yang memiliki kadar kolesterol total diatas normal disarankan untuk menerapkan pola hidup sehat seperti mengonsumsi makanan sehat, seperti sayur sayuran, mengurangi makanan yang berlemak dan tetap mengurangi konsumsi Kopi serta tetap melakukan aktifitas fisik secara rutin baik dengan melakukan kegiatan rumah atau bekerja. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan, dan diharapkan untuk melakukan penelitian yang berhubungan dengan peminum kopi seperti pemeriksaan tekanan darah, kolesterol LDL, kolesterol HDL dan trigliserida

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya lah peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan Judul “ **Gambaran Kadar Kolesterol Total Pada Peminum Kopi Di Banjar Melaya Krajan Kecamatan Melaya Kabupaten Jembrana**” tepat pada waktunya. Tujuan penelitian ini sebagai prasyarat penulisan laporan akhir program mata kuliah karya tulis ilmiah.

Selama proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini , peneliti mendapatkan banyak bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak yang berhubungan dengan kegiatan yang dilaksanakan. Melalui kesempatan ini, peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP.MPH, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar,
2. Cok. Dewi Widhya Hana Sundari., S.KM.,M.Si., selaku Ketua Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar
3. I Gusti Ayu Dhiyana Putri, S.KM.,M.PH, selaku Ketua Program Studi Diploma III Teknologi Laboratorium Medis Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar
4. Cok. Dewi Widhya Hana Sundari., S.KM.,M.Si., selaku Pembimbing Utama
5. Surya Bayu Kurniawan, S. Si., selaku Pembimbing Pendamping
6. Bapak dan Ibu Dosen serta staf Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Politeknik Kesehatan Denpasar, yang telah banyak memberikan ilmu yang bermanfaat dan bimbingan selama mengikuti pendidikan.
7. Teman-teman angkatan ke-19 Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Politeknik Kesehatan Denpasar dan semua pihak yang tidak bisa penulis

sebutkan satu persatu yang telah membantu dan memberikan motivasi dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna, dikarenakan keterbatasan pengetahuan dan pengalaman yang penulis miliki. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan dalam perbaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Denpasar, 7 Februari 2022

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
LEMBAR PERSEMPAHAN	ii
HALAMAN JUDUL	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	vi
RIWAYAT PENULIS	vii
<i>ABSTRAK</i>	viii
ABSTRAK	ix
RINGKASAN PENELITIAN	x
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kopi.....	6
1. Definisi Kopi.....	6
2. Kandungan Kopi.....	7
3. Jenis-Jenis Kopi.....	8

4. Manfaat Kopi	9
5. Dampak Komsumsi Kopi Berlebih	10
B. Kolestrol	11
1. Definisi Kolestrol	11
2. Jenis-Jenis Kolestrol.....	12
3. Faktor yang Mempengaruhi Kolestrol.....	12
4. Pemeriksaan Kadar Kolestrol Total.....	15
5. Hubungan Kolestrol dan Kopi	16
BAB III KERANGKA KONSEP	18
A. Kerangka Konsep	18
B. Variabel dan Definisi Operasional	20
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	21
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	21
C. Populasi dan Sampel Penelitian	21
D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	23
E. Instrumen Penelitian.....	25
F. Pengolahan dan Analisis Data	28
G. Etika Penelitian	28
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil.....	30
B. Pembahasan	35
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan.....	39
B. Saran	39
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Bahan Pemeriksaan	15
Tabel 2 Definisi Operasional.....	18
Tabel 3 Klasifikasi Responden Berdasarkan Usia.....	29
Tabel 4 Klasifikasi Responden Berdasarkan Aktifitas Fisik	29
Tabel 5 Klasifikasi Responden Berdasarkan Banyaknya Komsumsi Kopi	30
Tabel 6 Kadar Kolesterol Total Banjar Melaya Krajan.....	30
Tabel 7 Kadar Kolesterol Total Berdasarkan Usia.....	31
Tabel 8 Kadar Kolesterol Total Berdasarkan Aktifitas Fisik.....	32
Tabel 9 Kadar Kolesterol Total Berdasarkan Banyaknya Komsumsi Kopi	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep	18
Gambar 2 Prosedur Penelitian.....	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Informed Consent</i>	45
Lampiran 2 Lembar Wawancara Responden.....	46
Lampiran 3 Hasil Kadar Kolesterol Total Pada Peminum Kopi di Banjar Melaya Kabupaten Jembrana	48
Lampiran 4 Hasil Kuesioner Responden Penelitian	49
Lampiran 5 Surat EC.....	50
Lampiran 6 Surat izin Penelitian.....	51
Lampiran 7 Dokumentasi Penrlitian.....	52

LEMBAR SINGKATAN

<i>ATP</i>	: <i>Adenosimn Trifosfat</i>
<i>CHOD-PAP</i>	: <i>cholesterol oxidase-proxidase Aminoantipyrine Phenol</i>
<i>FFA</i>	: <i>Free Fatty Acid</i>
<i>HDL</i>	: <i>Hight Destiny Lipoprotein</i>
<i>IFCC</i>	: <i>International Federation of Clinical Chemestrety and Laboratorium Medicine</i>
Kemenkes	: Kementrian Kesehatan
<i>LDL</i>	: <i>Low Desteny Lipoprotein</i>
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
<i>VLDL</i>	: <i>Very Low Desteny Lipoprotein</i>
<i>Who</i>	: <i>Word Healty Ieganization</i>

