

**GAMBARAN KADAR KOLESTEROL DAN LINGKAR PAHA PADA
IBU-IBU PKK DI RT 02 RW 07 PASUNGAN CEPER KLATEN**

KARYA TULIS ILMIAH

Untuk memenuhi sebagian persyaratan sebagai
Ahli Madya Analisis Kesehatan



Oleh:
Adilla Listya Valonda
38203123J

PROGRAM STUDI D3 ANALIS KESEHATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS SETIA BUDI
SURAKARTA
2023

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH :

GAMBARAN KADAR KOLESTEROL DAN LINGKAR PAHA PADA IBU-IBU PKK DI RT 02 RW 07 PASUNGAN CEPER KLATEN

Oleh :

Adilla Listya Valonda
38203123J

Surakarta, 24 Mei 2023

Menyetujui Untuk Ujian Sidang KTI

Pembimbing



dr. Raden Mas Narindro Karsanto, MM

NIS : 01201710161231

LEMBAR PENGESAHAN

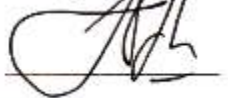
Karya Tulis Ilmiah:

GAMBARAN KADAR KOLESTEROL DAN LINGKAR PAHA PADA IBU-IBU PKK DI RT 02 RW 07 PASUNGAN CEPER KLATEN

Oleh :

Adilla Listya Valonda
38203123J

Telah Dipertahankan di Depan Tim Penguji
Pada Tanggal

	Nama	Tanda Tangan
Penguji I	: dr. Ratna Herawati, M. Biomed	
Penguji II	: Rumeйда Chitra Puspita, S. ST., M. PH	
Penguji III	: dr. Raden Mas Narindro Karsanto, MM	

Mengetahui,



Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Setia Budi

Prof. dr. Marsetyawan HNE Soesatyo, M.Sc. Ph.D
NIDK. 8893090018

Ketua Program Studi
D3 Analis Kesehatan



Dr. Ifandari, S.Si., M.Si
NIS. 01201211162

MOTTO

*“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan.
Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan”*

(Q.S Al-Insyirah, 94:5-6)

“Dan bersabarlah kamu, sesungguhnya janji Allah adalah benar”

(Q.S Ar-Ruum:60)

*“Keep doing your very best every day, and if no one is proud of you, be
proud of yourself”*

*“God has perfect timing, never early, never late. It takes a little patience
and it takes a lot of faith, but it's a worth the wait”*

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil Allamin, karya ini merupakan bentuk rasa syukur saya kepada Allah SWT karena telah memberikan nikmat karunia pertolongan yang tiada henti hingga saat ini.

Karya ini saya persembahkan sebagai tanda bukti sayang dan cinta yang tiada terhingga kepada kedua Orang Tua tercinta, Bapak Nur Isnaeni dan teristimewa Ibu Mardiah yang telah melahirkan, merawat , membimbing dan melindungi dengan tulus dan penuh keikhlasan, mencurahkan segala kasih sayang dan cintanya serta yang senantiasa mendoakan dan memberikan semangat dan juga dukungan sepenuh hati.

Karya ini juga saya persembahkan kepada seluruh keluarga. Tak lupa dipersembahkan kepada diri sendiri, terima kasih telah bertahan sejauh ini dan tidak pernah berhenti berusaha dan berdoa untuk menyelesaikan karya tulis ini.

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “GAMBARAN KADAR KOLESTEROL DAN LINGKAR PAHA PADA IBU-IBU PKK DI RT 02 RW 07 PASUNGAN CEPER KLATEN” adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila Karya Tulis Ilmiah ini merupakan jiplakan dari penelitian/karya ilmiah/skripsi orang lain, maka saya siap menerima sanksi, baik secara akademis maupun hukum.

Surakarta, 2023
Yang menyatakan,



Adilla Listya Valonda
NIM: 38203123J

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang selalu melimpahkan kasih dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul **“GAMBARAN KADAR KOLESTEROL TOTAL DAN LINGKAR PAHA PADA IBU-IBU PKK DI RT 02 RW 07 PASUNGAN CEPER KLATEN”**. Guna penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini adalah untuk menyelesaikan program Pendidikan Diploma III Analis Kesehatan di Universitas Setia Budi Surakarta. Dengan terselesaikannya penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. Djoni Tarigan, MBA selaku Rektor Universitas Setia Budi.
2. Prof. dr. Marsetyawan HNE Soesatyo, M.Sc., Ph.D selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Setia Budi Surakarta.
3. Dr. Ifandari, S.Si.,M.Si selaku ketua program studi D3 Analis Kesehatan Universitas Setia Budi Surakarta.
4. dr. Raden Mas Narindro Karsanto, MM selaku pembimbing yang telah memberikan arahan, saran dan masukan selama proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. dr. Ratna Herawati, M.Biomed dan bu Rumeysa Chitra Puspita, S. ST., M. PH selaku penguji dalam pengujian Karya Tulis Ilmiah.
6. Kedua orang tua yang selalu mendukung dan mendoakan dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Bukan aku yang hebat, tapi doa orang tuaku yang luar biasa dan mampu menembus langit.
7. Kepada teman dekat saya Anastasya Giu yang telah membantu, menemani dan mendukung dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
8. Keluarga tercinta yang selalu memberi dukungan doa yang menjadi alasan utama saya untuk segera menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan sebaik mungkin.
9. Teman-teman sejawat terima kasih untuk semua canda tawa, kerja sama dan dukungan yang saling kita berikan kepada satu sama lain dalam proses pembuatan Karya Tulis Ilmiah.
10. Seluruh pihak yang telah membantu dan mendukung dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini yang tidak dapat penulis tuliskan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan pada Karya Tulis Ilmiah ini. Maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk perbaikan, sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Surakarta, 16 Juni 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to be a stylized representation of the author's name.

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR SINGKATAN	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
INTISARI	xi
ABSTRACT	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	2
1.3. Tujuan Penelitian	2
1.4. Manfaat Penelitian	2
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1. Antropometri	4
2.1.1. Pengertian Antropometri	4
2.1.2. Pengukuran Antropometri	4
2.2. Lingkar Paha	4
2.3. Prosedur Pengukuran Lingkar Paha	5
2.4. Kolesterol	6
2.4.1. Definisi Kolesterol	6
2.4.1 Fungsi Kolesterol	6
2.4.2 Peran kolesterol dalam tubuh	7
2.4.3 Faktor yang mempengaruhi kadar kolesterol dalam darah ...	7
2.4.4 Metabolisme Kolesterol	8
2.4.5 Pemeriksaan Kadar Kolesterol	9
2.5. Cholesterol Meter (POCT)	10
2.6. Perbedaan hasil kolesterol menggunakan metode spektrofotometri dan metode POCT	11

2.7. Prinsip Kerja Alat <i>Point Of Care Testing</i> (POCT).....	11
2.8. Komponen Alat <i>Point Of Care Testing</i> (POCT)	12
2.9. Kerangka Pikir.....	12
BAB III METODE PENELITIAN	13
3.1. Rancangan Penelitian	13
3.2. Waktu dan Tempat Penelitian	13
3.2.1. Waktu Penelitian	13
3.2.2. Tempat Penelitian.....	13
3.3. Populasi dan Sampel	13
3.3.1. Populasi	13
3.3.2. Sampel.....	13
3.4. Variabel Penelitian	13
3.5. Alat dan Bahan	13
3.5.1. Alat	13
3.5.2. Bahan.....	13
3.6. Prosedur Kerja.....	14
3.6.1. Prosedur Pengambilan Darah Kapiler	14
3.6.2. Mekanisme Kerja Alat <i>Point Of Care Testing</i> (POCT)	14
3.7. Analisis Data	15
3.8. Jadwal Penelitian.....	15
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	16
4.1. Hasil Penelitian.....	16
4.1.2. Persentase Kadar Kolesterol Total Pada Ibu-ibu PKK di RT 02 RW 07 Pasungan Ceper Klaten	16
4.1.3. Persentase Lingkar Paha pada Ibu-ibu PKK di RT 02 RW 07 Pasungan Ceper Klaten	16
4.1.4. Hasil Tabulasi Silang Kadar Kolesterol Total dan Lingkar Paha	17
4.2. Pembahasan	18
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	20
5.1. Kesimpulan	20
5.2. Saran	20
DAFTAR PUSTAKA.....	P-1
LAMPIRAN	L-1

DAFTAR SINGKATAN

AHA	: <i>American Heart Association</i>
BB	: Berat Badan
CHOD-PAP	: <i>Cholesterol Oxidase Peroxidase Aminoantipyrine</i>
CVA	: <i>Cerebrovascular Accident</i>
HDL	: <i>High Density Lipoprotein</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh
IDL	: <i>Intermediate Density Lipoprotein</i>
LDL	: <i>Low Density Lipoprotein</i>
PJK	: Penyakit Jantung Koroner
PKK	: Pembinaan Kesejahteraan Keluarga
PKV	: Penyakit Kardiovaskuler
POCT	: <i>Point Of Care Testing</i>
SOP	: Standar Operasional Prosedur
TB	: Tinggi Badan
UV	: <i>Ultra Violet</i>
VLDL	: <i>Very Low Density Lipoprotein</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jadwal Penelitian	15
Tabel 2. Persentase Kadar Kolesterol total Pada Ibu-ibu PKK	16
Tabel 3. Persentase Kadar Lingkar Paha Pada Ibu-ibu PKK	17
Tabel 4. Hasil Tabulasi Silang Kadar Kolesterol Total dan Lingkar Paha	17

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Informed Consent.....	L-1
Lampiran 2 Surat Permohonan	L-2
Lampiran 3 Tabel Hasil Pemeriksaan.....	L-3
Lampiran 4 Dokumentasi Penelitian	L-4

INTISARI

Valonda, AL. 2023. *Gambaran Kadar Kolesterol Total dan Lingkar Paha Pada Ibu-ibu PKK di RT 02 RW 07 Pasungan Ceper Klaten*. Karya Tulis Ilmiah. Program Studi D3 Analis Kesehatan. Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas setia Budi.

Kolesterol total merupakan jumlah kolesterol yang dibawa dalam semua partikel pembawa kolesterol darah. Kolesterol adalah lemak yang berwarna kuning menyerupai lilin yang penting di dalam tubuh, jika kolesterol berjumlah banyak aka menimbulkan masalah bagi tubuh. Kolesterol total disintesis di dalam hati yang berfungsi di dalam tubuh sebagai sumber energi, pembentukan hormon dan vitamin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kadar kolesterol total dan lingkar paha pada Ibu-ibu PKK di RT 02 RW 07 Pasungan Ceper Klaten.

Jenis penelitian dilakukan adalah penelitian deskriptif dengan jumlah sampel 30 responden. Penelitian ini dilakukan di RT 02 RW 07 Pasungan Ceper Klaten. Kadar Kolesterol Total di ukur menggunakan alat POCT Easy Touch.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 30 sampel darah yang diperiksa hasil kadar kolesterol total pada Ibu-ibu PKK di RT 02 RW 07 Pasungan Ceper Klaten jumlah responden dengan ukuran lingkar paha <62 dan kadar kolesterol <200 sebanyak 9 responden (30%), ukuran lingkar paha <62 dan kadar kolesterol >200 sebanyak 11 responden (37%), responden dengan ukuran lingkar paha > 62 dan kadar kolesterol <200 sebanyak 5 responden (17%) dan responden yang memiliki ukuran lingkar paha >62 dan kadar kolesterol >200 sebanyak 5 responden (17%).

Kata kunci: Kolesterol, Lingkar Paha, Ibu-ibu PKK

ABSTRACT

Valonda, AL. 2023. *Description of Cholesterol Levels and Thigh Circumferences To PKK Women In RT 02 RW 07 Pasungan Ceper Klaten* . scientific papers. D3 medical laboratory technology. Faculty of Health Sciences. Setia Budi University

Total cholesterol is the amount of cholesterol carried in all cholesterol-carrying particles in the blood. Cholesterol is a fat that is yellow in color resembling wax which is important in the body, if there is a large amount of cholesterol it will cause problems for the body. Total cholesterol is synthesized in the liver which functions in the body as a source of energy, the formation of hormones and vitamins. This study aims to describe total cholesterol levels and thigh circumference in PKK women in RT 02 RW 07 Pasung Ceper Klaten.

This type of research is descriptive research with a sample of 30 respondents. This research was conducted at RT 02 RW 07 Pasung Ceper Klaten. Total cholesterol levels were measured using the POCT Easy Touch tool.

The results of this study indicate that of the 30 blood samples examined for total cholesterol levels in PKK women at RT 02 RW 07 Pasung Ceper Klaten, the number of respondents with thigh circumference <62 and cholesterol level <200 as many as 9 respondents (30%), thigh circumference <62 and cholesterol levels >200 was 11 respondents (36%), respondents with a thigh circumference > 62 and cholesterol levels <200 as many as 5 respondents (17%) and respondents who had a thigh circumference > 62 and cholesterol levels > 200 as many as 5 respondents (17%).

Keywords: Cholesterol, Thigh Circumference, PKK Women

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Aktivitas seseorang dalam kesehariannya sangat berpengaruh dalam pola hidup kesehatannya, karena aktivitas ini sebagai penunjang pola hidup sehat. Apabila seseorang mempunyai pola hidup yang sehat dan baik, maka akan berpengaruh terhadap dirinya dan juga lingkungan sekitarnya (Sarinasiti, 2018).

Tak hanya aktivitas saja, pola makan juga berpengaruh pada pola hidup seseorang. Menjalani pola makan yang sehat merupakan cara termudah untuk menjaga tubuh agar tidak terserang dari penyakit yang berbahaya. Menjaga asupan makan dan melakukan aktivitas fisik merupakan cara untuk memiliki tubuh yang sehat. Pola hidup sehat ini harus diterapkan sejak dini agar tidak memberikan dampak negatif pada tubuh, namun sekarang dikarenakan banyaknya makanan cepat saji, banyak orang yang sering mengkonsumsi makanan cepat saji tersebut karena cepat dan efisien waktu. Tak jarang banyak penyakit yang menyerang tubuh saat usia produktif seperti gangguan pencernaan, kolesterol, diabetes ataupun obesitas, ini merupakan dampak dari penerapan pola hidup yang tidak sehat (Nathaniel dkk, 2018).

Kolesterol total merupakan lemak yang berwarna kuning menyerupai lilin yang penting di dalam tubuh, jika kolesterol berjumlah banyak akan menimbulkan masalah bagi tubuh. Kolesterol total disintesis di dalam hati yang berfungsi di dalam tubuh sebagai sumber energi, pembentukan hormon dan vitamin (Anies, 2015). Heni Maryati (2017) menyatakan semakin bertambahnya usia kadar kolesterol total akan mengalami peningkatan. Aktivitas reseptor *Low Densit Lipoprotein* (LDL) yang berkurang maupun gangguan sel reseptor LDL seiring peningkatan usia, mengakibatkan kadar kolesterol total meningkat (Rizma, 2017). Peningkatan kadar kolesterol total yang merupakan faktor risiko penyebab kematian di usia dewasa muda, berdasarkan laporan Badan Kesehatan Dunia, WHO (2017) saat ini prevalensi global peningkatan kolesterol total pada orang dewasa adalah 39% (37% untuk laki-laki dan 40% untuk Wanita).

Kondisi obesitas membuat persebaran berat massa tubuh tidak merata dan dapat berpengaruh pada postur tubuh (Yuliadarwati *et al*, 2021). Banyak faktor yang berperan dalam terjadinya obesitas yang sebagian besar merupakan interaksi antara faktor genetik dengan faktor lingkungan, antara lain aktivitas fisik, sosial ekonomi, dan nutrisi (Octari *et al*, 2016).

Overweight (kegemukan) dan obesitas terjadi karena adanya peningkatan lemak di dalam tubuh. Wanita memiliki pola deposit lemak yang tidak sama jika dibandingkan dengan laki-laki. Deposit lemak yang ada pada wanita lebih banyak disimpan dibagian inferior yaitu pinggul dan paha (Manolopoulos, 2014). Terdapat beberapa penelitian yang mengaitkan antara kadar kolesterol total dengan lingkaran paha. Hasilnya mengindikasikan bahwa pada jenis kelamin atau etnis tertentu kadar kolesterol total dinilai berkaitan dengan lingkaran paha.

Penelitian oleh Heitmann dan Frederiksen menunjukkan adanya peningkatan mortalitas (angka kematian) oleh gangguan kardiovaskuler pada orang-orang dengan lingkaran paha di bawah 60 cm, independen terhadap faktor obesitas umum dan abdominal, gaya hidup, tekanan darah, dan profil lipid (Aurellie, 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Fahira (2020) dengan judul Gambaran Kadar Kolesterol Total pada Kader PKK Kelurahan Danukusuman didapati hasil kadar Kolesterol Total yang lebih dari normal sebanyak 29 responden (87,9%) dan 4 responden dalam batas normal sebanyak 12,1%.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana Gambaran kadar Kolesterol Total dan Lingkaran Paha pada Ibu-ibu PKK di RT 02 RW 07 Pasungan Ceper Klaten

1.3. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui Gambaran Kadar Kolesterol Total dan Lingkaran Paha pada Ibu-ibu PKK di RT 02 RW 07 Pasungan Ceper Klaten

1.4. Manfaat Penelitian

a. Bagi Penulis

Menambah keterampilan penulis dalam mengetahui Gambaran Kolesterol Total dan Lingkaran Paha pada Ibu-ibu PKK di RT 02 RW 07 Pasungan Ceper Klaten

- b. Bagi Pembaca
 - 1) Menambah wawasan dalam bidang kesehatan terutama tentang kolesterol
 - 2) Supaya masyarakat bisa lebih waspada terhadap penyakit kolesterol dan mulai menerapkan perilaku hidup sehat.
- c. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah informasi dalam pengembangan ilmu, khususnya dalam bidang kimia darah.