

LAPORAN PENELITIAN

STUDI PERBANDINGAN JUS APEL DAN JUS ALPUKAT TERHADAP PENURUNAN KADAR KOLESTEROL PADA ORANG YANG MENGALAMI HIPERKOLESTEROLEMIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANGKINANG KOTA



NAMA : AINUL AFIFA

NIM : 1514201002

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN





FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS PAHLAWAN

TUANKU TAMBUSAI

2019

**LEMBARAN PERSETUJUAN DEWAN PENGUJI
UJIAN SKRIPSI S1 KEPERAWATAN**

NO	NAMA	TANDA TANGAN
1.	<u>Prof.DR. H. Amir Luthfi</u> Ketua Dewan Penguji	 (.....)
2.	<u>Ns. M. Nurman, S.Kep, M.Kep</u> Sekretaris	 (.....)
3.	<u>Ns. Apriza, M.Kep</u> Penguji I	 (.....)
4.	<u>Ns. Alini, M.Kep</u> Penguji II	 (.....)

Mahasiswi :

NAMA : AINUL AFIFA
NIM : 1415201002
TANGGAL UJIAN : 17 September 2019

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : AINUL AFIFA
NIM : 1514201002

NAMA

TANDA TANGAN

Pembimbing I

Prof. DR. H. Amir Luthfi



(.....)

Pembimbing II

NS. M. Nurman, S.Kep. M.Kep
NIP.TT : 096.542.079



(.....)

Ketua Prodi S1 Keperawatan



NS. ALINI, M.Kep
NIP.TT : 096.542.079

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
Skripsi, September 2019

AINUL AFIFA
Nim 1514201002

**STUDI PERBANDINGAN JUS APEL DAN JUS ALPUKAT TERHADAP
PENURUNAN KADAR KOLESTEROL PADA ORANG YANG
MENGALAMI HIPERKOLESTEROLEMIA DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS BANGKINANG KOTA**

Xii + 64 Halaman + 13 Tabel + 4 Skema + 2 Gambar + 12 Lampiran

ABSTRAK

Hiperkolesterol merupakan salahsatu penyakit umum yang diderita oleh masyarakat Indonesia bahkan di dunia. Penyakit ini sangat berdampak besar jika tidak ditangani secara intensif dan bisa berujung kematian. Penyakit hiperkolesterol dapat dikendalikan dengan pengobatan farmakologi dalam mengatasi penurunan kadar kolesterol adalah dengan mengkonsumsi jus apel dan jus alpukat. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui perbandingan efektifitas pemberian jus apel dan jus alpukat terhadap kadar kolesterol pada orang yang mengalami hiperkolesterolemia di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota Tahun 2019. Penelitian ini menggunakan metode *quasi experiment* dengan rancangan *two group pre-test-posttest*. Populasi dalam penelitian adalah seluruh orang yang mengalami Hiperkolesterolemia yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota pada katagori umur 45-54 tahun yang berjumlah 106 orang, sedangkan sampel yang digunakan yaitu 30 oarang. 15 orang yang mengkonsumsi jus apel dan 15 orang yang mengkonsumsi jus alpukat yang diambil secara *purposive sampling*. Hasil penelitiannya berdasarkan analisa bivariat dengan uji *paired t tes* di dapatkan ada pengaruh antara kadar kolesterol sebelum dan sesudah pemberian jus apel dengan $p=0,000$ mean 78,4 mg/dl dan jus alpukat dengan $p=0,000$ mean 58,3 mg/dl pada orang yang mengalami hiperkolesterolemia, sehingga dapat disimpulkan bahwa jus apel lebih efektif dari pada jus alpukat dalam menurunkan kadar kolesterolemia. Diharapkan kepada petugas puskesmas dapat untuk mensosialisasikan pentingnya mengkomsumsi jus apel dalam rangka menurunkan angka penyakit hiperkolesterolemia.

Kata Kunci : Perbandingan, Jus Apel, Jus Alpukat, Hiperkolesterolemia
Daftar Pustaka : 27 (2009-2018)

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN	
ABSTRAK	
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR SKEMA	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	11
C. Tujuan Penelitian.....	12
D. Manfaat Penelitian	13
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Tinjauan Teoritis	14
1. Konsep Dasar Kolesterol	14
2. Hiperkolesterolemia	19
3. Apel	22
4. Alpukat	27
B. Penelitian Terkait	36
C. Kerangka Teori.....	38
D. Kerangka Konsep	39
E. Hipotesis.....	39

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian.....	40
1. Rancangan Penelitian	40
2. Alur Penelitian	41
3. Prosedur Penelitian	42
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	43
C. Populasi Dan Sampel.....	43
D. Etika Penelitian	45
E. Alat Pengumpulan Data.....	46
F. Prosedur Pengumpulan Data	47
G. Defenisi Operasional	48
H. Analisis Data	50

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Analisa Univariat	52
B. Analisa Bivariat	54

BAB V PEMBAHASAN

A. Pembahasan Hasil Penelitian	57
--------------------------------------	----

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	60
B. Saran	61

DAFTAR PUSTAKA	62
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

		Halaman
Tabel 1.1	Data Dinas Kesehatan pada penderita Hiperkolesterolemia berdasarkan 10 Kecamatan di Kabupaten Kampar	10
Tabel 1.2	Data Kunjungan Kejadian Hiperkolesterolemia berdasarkan umur di wilayah kerja Puskesmas Bangkinang Kota	11
Tabel 2.1	Pengelompokan Kadar Kolesterol	16
Tabel 2.2	Kandungan Gizi dalam Apel	24
Tabel 2.3	Kandungan Gizi dalam Alpukat	31
Tabel 3.1	Defenisi Operasional	49
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Kadar Kolesterol Sebelum Pemberian Jus Apel di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota .	52
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Kadar Kolesterol Sebelum Pemberian Jus Alpukat di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota	53
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Kadar Kolesterol Sesudah Pemberian Jus Apel di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota .	53
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Kadar Kolesterol Sesudah Pemberian Jus Alpukat Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota	53
Tabel 4.5	Efektifitas Pemberian Jus Apel Dalam Menurunkan Kadar Kolesterol Pada Orang Yang Mengalami Hiperkolesterolemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota	54
Tabel 4.6	Efektifitas Pemberian Jus Alpukat Dalam Menurunkan Kadar Kolesterol Pada Orang Yang Mengalami Hiperkolesterolemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota	55
Tabel 4.7	Perbandingan Efektifitas Pemberian Jus Apel Dan Jus Alpukat Dalam Menurunkan Kadar Kolesterol Pada Orang Yang Mengalami Hiperkolesterolemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota	56

DAFTAR SKEMA

	Halaman
Skema 2.1 Kerangka Teori	38
Skema 2.2 Kerangka Konsep	39
Skema 3.1 Rancangan Penelitian	40
Skema 3.2 Alur Penelitian	41

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Buah Apel	23
Gambar 2.2 Buah Alpukat	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar ACC Judul
- Lampiran 2 : Surat Rekomendasi Izin Pengambilan Data dari Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai
- Lampiran 3 : Surat Balasan Pengambilan Data dari UPTD Puskesmas Bangkinang Kota
- Lampiran 4 : Surat Rekomendasi Izin Pengambilan Data dari Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai
- Lampiran 5 : Surat Balasan Pengambilan Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar
- Lampiran 6 : Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 7 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 : Surat Izin Penelitian
- Lampiran 9 : Surat Balasan Persetujuan Penelitian
- Lampiran 10 : Lembar Ceklis
- Lampiran 11 : Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 12 : Hasil Uji Statistik
- Lampiran 13 : Dokumentasi
- Lampiran 14 : Lembar Konsultasi Pembimbing