

SKRIPSI

EFEKTIFITAS JUS BUAH PEPAYA TERHADAP PENURUNAN KOLESTEROL PADA PENDERITA HIPERKOLESTEROL DI PUSKESMAS KAMPAR TAHUN 2020

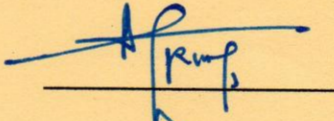
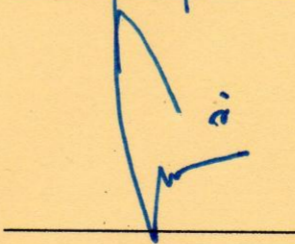
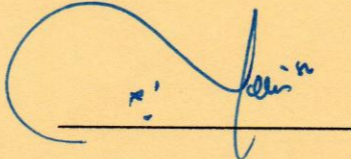
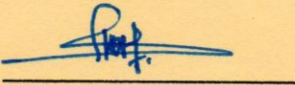


NAMA : REZA DESRELIA

NIM : 1614201037

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
TAHUN 2020**

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

No	NAMA	TANDA TANGAN
1.	<u>Ns. APRIZA, M.Kep</u> Ketua Dewan Penguji	
2.	<u>LIRA MUFTI AZZAHRI ISNAENI, S.Kep, M.KKK</u> Sekretaris	
3.	<u>Ns.YENNY SAFITRI, M.Kep</u> Penguji 1	
4.	<u>RIZKI RAHMAWATI LESTARI, M.Kes</u> Penguji 2	

Mahasiswi :

NAMA : REZA DESRELIA

NIM : 1614201037

TANGGAL UJIAN: JULI 2020

LEMBARAN PERSETUJUAN AKHIR SKRIPSI

NAMA : REZA DESRELIA

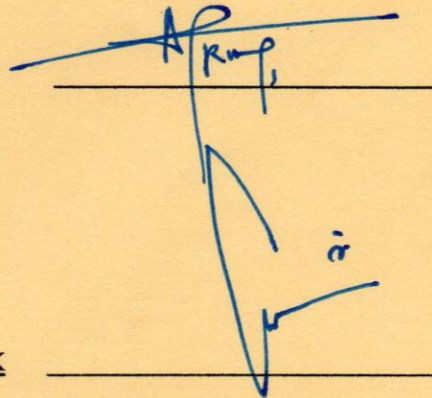
NIM : 1614201037

NAMA

TANDA TANGAN

Pembimbing I:


Ns. APRIZA, M.Kep
NIP. TT : 096.542.024



Pembimbing II:

LIRA MUFTI AZZAHRI ISNAENI, S Kep, M.KKK
NIP. TT : 096. 542. 196

Ketua Program Studi S1 Keperawatan



Ns. ALINI, M.Kep
NIP. TT : 096. 542. 079

**PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

Skripsi, Juli 2020
REZA DESRELIA

**EFEKTIFITAS JUS BUAH PEPAYA TERHADAP PENURUNAN
KOLESTEROL PADA PENDERITA HIPERKOLESTEROL DI PUSKESMAS
KAMPAR TAHUN 2020**

xii + 75 Halaman + 6 Tabel + 2 Gambar + 4 Skema + 11 Lampiran

ABSTRAK

Hiperkolestrolema menyebabkan terbentuknya gumpalan lemak dalam pembuluh darah sehingga dapat berisiko *aterosklerosis*. Terapi non farmakologi salah satunya adalah menggunakan jenis sayur dan buah yang mengandung tinggi serat dan antioksidan seperti buah pepaya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas pemberian jus buah pepaya terhadap kadar kolestrol pada penderita hiperkolestrol di Puskesmas Kampar tahun 2020. Jenis penelitian ini adalah eksperimen, dengan design penelitian ini menggunakan *quasi eksperimen* dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita hiperkolesterol usia 20 – 40 tahun yang pernah datang berobat Puskesmas Kampar tahun 2020 sebanyak 44 orang dengan jumlah sampel adalah 15 orang, adapun teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil peneliian ini didapatkan rerata kadar kolestrol sebelum diberikan jus buah pepaya 221,87 mg/dl, sedangkan rerata kadar kolestrol setelah diberikan jus buah pepaya 176,40 mg/dl. Setelah dilakukan uji t dependen didapatkan nilai p value 0,000 (< 0,05) artinya pemberian jus buah pepaya efektif terhadap penurunan kadar kolestrol pada penderita hiperkolestrol di Puskesmas Kampar tahun 2016. Diharapkan pada responden untuk dapat mengontrol kadar kolestrol ke Puskesmas secara rutin dan menghindari makanan – makanan yang dapat memicu kadar kolestrol menjadi tinggi serta mengupayakan mengkonsumsi obat herbal sebagai pengobatan hiperkolestrol sebagai jangka panjang sesuai dengan toleransi tubuh.

Daftar Bacaan : 43 (2010 - 2018)

Kata Kunci : Hiperkolestrol, Jus Buah Pepaya

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat yang telah dilimpahkan-Nya, sehingga peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan laporan penelitian ini, yang diajukan untuk melengkapi dan memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan pada Program SI Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. Dengan judul **“Efektifitas Jus Buah Pepaya Terhadap Penurunan Kolesterol Pada Penderita Hiperkolesterol Di Puskesmas Kampar Tahun 2020”**.

Dalam menyelesaikan laporan penelitian ini, peneliti merasakan betapa besarnya manfaat bimbingan yang telah diberikan oleh semua pihak terutama yang memberikan masukan - masukan dan data - data sehingga dapat dijadikan suatu pedoman dan landasan bagi penulisan dalam menggali semua permasalahan yang erat kaitannya dengan laporan penelitian ini.

Pada kesempatan ini perkenankanlah peneliti untuk menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Amir Luthfi, selaku Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau.
2. Dewi Anggriani Harahap, M.Keb, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau.
3. Ns. Alini, M.Kep, selaku Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan.

4. Ns.Apriza, M.Kep, selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan serta dorongan kepada peneliti dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.
5. Lira Mufti Azzahri Isnaeni, S.Kep,M.KKK, selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan serta dorongan kepada peneliti dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.
6. Ns.Yenny Safitri, M.Kep, selaku narasumber I yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan serta dorongan kepada peneliti dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.
7. Riski Rahmawati, M.Kes, selaku narasumber II yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan serta dorongan kepada peneliti dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.
8. Drg. Rita Herawati selaku Kepala Puskesmas Kampar yang telah memberi izin pada peneliti dalam pengambilan data dan penelitian serta telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan serta dorongan kepada peneliti dalam menyelesaikan laporan penelitian ini
9. Ibu dan Bapak Dosen serta Staf Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau yang telah memberikan dorongan dan motivasi kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan laporan penelitian ini dengan baik.
10. Dengan rasa hormat dan terima kasih yang tidak terhingga kepada Ayahanda (Tengku Faisal (Alm)), Ibunda (Armiza), Adikku (Tengku Beni Juanda), sahabat –sahabatku (Arif Rahmat, Anisa Ulfa, Lia Sukma Yeni, Efri Nurlia

Ningsih, Rizka Aprila Sari, Erza Mayora, Rahma Dahlia Maysara) dan seluruh keluarga tercinta yang telah banyak memberikan dorongan dan semangat serta do'a yang tiada henti - hentinya kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan laporan penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan laporan penelitian ini masih belum sempurna. Untuk itu peneliti berharap kritikan dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan laporan penelitian ini.

Bangkinang, Juli 2020
Peneliti

REZA DESRELIA
NIM : 1614201037

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DATAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
D DAFTAR SKEMA.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Teoritis	
1. Kolestrol.....	9
a. Definisi.....	9
b. Struktur dan Fungsi.....	10
c. Metabolisme.....	12
d. Jenis Kolestrol.....	14
2. Hiperkolestrol.....	17
a. Definisi.....	17
b. Etiologi.....	18
c. Tanda dan Gejala.....	21
d. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Hiperkolestrol	22
e. Penatalaksanaan.....	26
2. Pepaya.....	38

	a. Definisi.....	38
	b. Morfologi.....	38
	c. Kandungan Buah Pepaya.....	42
	d. Manfaat Buah Pepaya.....	45
	e. Pembuatan Jus Buah Pepaya.....	47
	B. Penelitian Terkait.....	49
	C. Kerangka Teori.....	53
	D. Kerangka Konsep.....	54
	E. Hipotesis Penelitian.....	54
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN	
	A. Desain Penelitian.....	55
	B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	59
	C. Populasi dan Sampel.....	59
	D. Etika Penelitian.....	62
	E. Alat Pengumpulan Data.....	63
	F. Prosedur pengumpulan data.....	64
	G. Definisi Operasional.....	65
	H. Analisa Data.....	66
BAB IV	HASIL PENELITIAN	
	A. Karakteristik Responden.....	67
	B. Analisa Univariat.....	68
	C. Analisa Bivariat.....	69
BAB V	PEMBAHASAN	
	A. Pembahasan.....	70
BAB VI	PENUTUP	
	A. Kesimpulan.....	74
	B. Saran.....	74
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Kandungan Gizi Buah Pepaya Dalam 100 mg Buah Pepaya....	42
Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	66
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur dan Jenis Kelamin Pada Responden di Puskesmas Kampar.....	67
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Distribusi Frekuensi Kadar Kolesterol Sebelum Mengonsumsi Jus Buah Pepaya di Puskesmas Kampar Tahun 2020.....	68
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Distribusi Frekuensi Kadar Kolesterol Setelah Mengonsumsi Jus Buah Pepaya di Puskesmas Kampar Tahun 2020.....	68
Tabel 4.4	Perbedaan Kadar Kolesterol Sebelum dan Sesudah Mengonsumsi Jus Buah Pepaya Penderita Hiperkolesterol di Puskesmas Kampar Tahun 2020.....	69

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gambar Jalur Eksogen dan Endogen Metabolisme Lipid di Dalam Tubuh.....	19
Gambar 2.2 Gambar Jalur Reverse Kolesterol Transport Metabolisme Lipid di Dalam Tubuh.....	20

DAFTAR SKEMA

Skema	2.1	Kerangka Teori Penelitian.....	53
Skema	2.2	Kerangka Konsep Penelitian.....	54
Skema	3.1	Rancangan Penelitian.....	55
Skema	3.2	Alur Penelitian.....	56

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat izin Pengambilan Data
- Lampiran 2 : Surat Balasan Pengambilan Data
- Lampiran 3 : Surat Izin Penelitian
- Lampiran 4 : Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 5 : Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7 : Lembar Observasi
- Lampiran 8 : Hasil SPSS
- Lampiran 9 : Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 10 : Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 11 : Lembar Konsultasi