

KARYA TULIS ILMIAH

**PERBEDAAN PROFIL LIPID (KOLESTEROL TOTAL) PADA
POPULASI ORANG YANG RUTIN PUASA SENIN-KAMIS
DENGAN YANG TIDAK MELAKUKAN PUASA**

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat
Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



Disusun Oleh

**Nama : Rizqi Novita Hudy
No. Mahasiswa : 20080310194**

Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

HALAMAN PENGESAHAN

**PERBEDAAN PROFIL LIPID (KOLESTEROL TOTAL) PADA
POPULASI YANG RUTIN PUASA SENIN-KAMIS DENGAN
YANG TIDAK MELAKUKAN PUASA**

Disusun Oleh :

Nama : Rizqi Novita Hudy

Nomor Induk Mahasiswa : 20080310194

Yogyakarta, 24 November 2011

Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing

Dosen Penguji

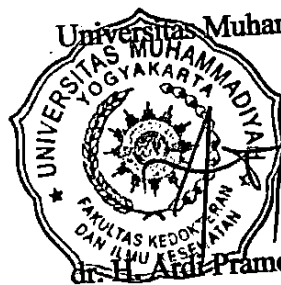
dr. H. Sagiran, Sp.B, M.kes

dr. H. Adang M. Gugun, Sp.PK, M.kes

Mengetahui

Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



dr. H. And Pramono, Sp.An, M.Kes

HALAMAN MOTTO

“Mohonlah pertolongan kepada Allah dan bersabarlah. Sesungguhnya bumi kepunyaan Allah, dipusakan-Nya kepada siapa yang dikehendakin-Nya dari hamba-hamba-Nya, dan ujung kehidupan yang baik adalah hanya bagi orang yang memelihara dirinya.” (Q.S Al-A'raf (7) :128)

**“Katakanlah, seluruh pertolongan itu milik Allah semata. Kepunyaan-Nya kekuasaan langit dan bumi, kemudian kepada-Nyalah kamu dikembalikan.”
(Q.S Az-zumar (39) :44)**

Be your self, Talk less do more.... Jadilah versi terbaik bagi dirimu sendiri dan jangan menjadi versi kedua orang lain..... jadilah yang terbaik pada bidangmu dan profesimu.... Berusahalah semaksimal mungkin dengan tawakal kepada

HALAMAN PERSEMBAHAN

Kupersembahkan Karya Tulis Ilmiah ini kepada:

Allah SWT

Nabi Muhammad saw

Ayah dan Ibu Tercinta

Atas segala cinta dan kasih sayang yang telah diberikan

Atas perjuangan beliau

Atas segala sesuatu yang diberikan

Atas segala kepercayaan....

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh.

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan berkah, rahmah dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul PERBEDAAN PROFIL LIPID (KOLESTEROL TOTAL) PADA POPULASI YANG RUTIN PUASA SENIN KAMIS DENGAN YANG TIDAK MELAKUKAN PUASA. Dengan karya tulis ilmiah yang sederhana ini, penulis berharap dapat menyumbangkan sesuatu hal yang dapat berperan dalam kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi serta dapat diambil manfaatnya untuk meningkatkan kesejahteraan umat manusia.

Dalam kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan rasa terima kasih yang setulus-tulusnya kepada :

1. Allah SWT, atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ini dengan baik.
2. Ayah (H. Moh. Mashudi), Ibu (Hj. Juwarti) tercinta, yang tak henti-hentinya memberi semangat serta motifasi dan mendoakan atas kelancaran semuanya.
3. Kakak tersayang Mas Aries beserta Istri (Mbak Novi) terima kasih atas motivasi dan dorongannya.

5. dr. H. Sagiran, Sp.B., M.kes selaku pembimbing dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
6. dr. Adang M Gugun, SpPK., M.kes selaku penguji dan pembimbing dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini, saya mengucapkan beribu-ribu terimakasih atas semua masukan dan bantuannya selama ini.
7. dr. H. Ardi Pramono, SpAn., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
8. Kekasih tercinta “mas Anjar” terima kasih buat kasih sayangnnya serta semangat dan dukungannya selama ini, yang juga sudah banyak berperan dalam penyusunan karya tulis ini.
9. Tanteku “mbak Tin” yang selalu memberi semangat.
10. Sahabat sekaligus teman satu KTI, Rizki Indah Yati, Retno Tri Palupi “akhirnya KTI kita selesai coy” terimakasih atas kekompakan kalian dimanapun berada, walau kadang ada sedikit perdebatan, terima kasih atas motivasi, senyum, kerjasamanya, dan kekompakannya.
11. dr. Galuh yang telah meluangkan waktunya membantu dalam kelancaran penelitian ini.
12. Teman saya mbak “Masruroh (Nurul-Tse) terima kasih atas sumbangan ilmunya selama ini.
13. Teman tercinta “Wulan” terima kasih atas dukungan dan semangatnya, terima kasih juga buat bimbingannya.

15. Seluruh dosen dan karyawan UMY atas bimbingan dan kerjasamanya sehingga penulis bisa menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

16. Semua pihak yang telah membantu saya menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari sempurna. Masih banyak kekurangan baik dalam segi isi maupun penulisannya, untuk itu penulis memohon maaf dan demi kebaikan karya tulis ilmiah ini, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca. Akhir kata, penulis mengharapkan agar karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan terutama ilmu kedokteran.

Wassalamu'alaikum Waahmatullahi Wabarakatuh

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Rizqi Novita Hudy
NIM : 20080310194
Program Studi : Pendidikan Dokter
Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Dengan ini Saya menyatakan bahwa dalam Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan Saya juga tidak terdapat karya / pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dicantumkan dalam naskah ini dan disebutkan dalam pustaka

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN MOTTO.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
INTI SARI.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Profil Lipid.....	7
1. Definisi.....	7

a. Triglisericid.....	7
b. HDL.....	8
c. LDL.....	8
d. Kolesterol.....	9
1) Definisi.....	9
2) Fungsi Kolesterol.....	10
3) Sintesis dan Absorpsi Kolesterol.....	10
4) Metabolisme Kolesterol.....	13
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Profil Lipid	14
B. Puasa Senin Kamis.....	16
1. Definisi.....	16
2. Macam-macam Dalil Anjuran Puasa Senin Kamis.....	19
3. Manfaat Puasa Dalam Kesehatan.....	21
4. Manfaat Puasa Senin Kamis Terhadap Kadar Kolesterol....	22
C. Kerangka Konsep.....	24
D. Hipotesis.....	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	25
A. Desain Penelitian.....	25
B. Populasi dan Sampel.....	25
C. Tempat dan Waktu.....	26
D. Variabel Penelitian.....	26
E. Besar Sampel.....	26
F. Definisi Operasional.....	27

G. Instrumen Penelitian	29
H. Tahap Pelaksanaan Penelitian.....	30
I. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	32
J. Analisis Data.....	33
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	34
A. Hasil Penelitian.....	34
1. Jalannya Penelitian.....	34
2. Karakteristik Data Sampel.....	34
B. PEMBAHASAN.....	37
C. KELEMAHAN PENELITIAN.....	39
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	40
DAFTAR BUSTAKA	42

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Gambar Kolesterol.....	16
Gambar 2. Kerangka Konsep.....	24
.....	22

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Tabel 1. Klasifikasi Lipid.....	15
2. Tabel 2. Distribusi Sampel Berdasarkan Usia.....	35
3. Tabel 3. Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin.....	36
4. Tabel 4. Hasil Pengukuran Kadar Kolesterol Total	36

INTISARI

Kelebihan kolesterol berpotensi menimbulkan plak di pembuluh darah, lama kelamaan plak kolesterol tersebut akan menyebabkan penyempitan pembuluh darah. Proses ini disebut aterosklerosis. Aterosklerosis merupakan penyebab utama morbiditas dan mortalitas dimasyarakat yang sedang berkembang oleh karena adanya perubahan pola hidup yang tidak sehat. Puasa diakui menjadi penyembuh terbaik dalam menanggulangi penyakit. Oleh karena itu, penelitian puasa senin kamis menarik untuk diteliti apakah dapat menurunkan faktor risiko aterosklerosis dimasa akan datang maupun dapat mempengaruhi kadar kolesterol total dalam darah.

Metode Penelitian yaitu observasional dan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah subyek yang rutin puasa senin kamis yang terdapat di Kecamatan Gonjen. Subyek dalam penelitian ini ada 30 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok yang rutin puasa senin kamis dengan kelompok yang tidak puasa senin kamis. Data didapat dari pengukuran kadar kolesterol total serum selanjutnya dilakukan uji statistic dengan uji *Independent Sampel t Test*.

Hasil uji statistik kolesterol total dengan *Independent Sampel t Test* didapat nilai $p=0,004$ ($p<0,05$) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara yang rutin puasa senin kamis dengan yang tidak melakukan puasa.

Simpulan penelitian ini adalah puasa rutin senin kamis selama ± 1 tahun berpengaruh secara signifikan dalam menurunkan kadar kolesterol total dalam darah.

.....