

DAFTAR PUSTAKA

- Adhiyani. (2019). Hubungan usia dan konsumsi makanan berlemak dengan kolesterol total pada lansia di Kelurahan Serengan Surakarta. *Ilmu Gizi Indonesia*, 2(2), 231-237
- Alpina, S. P. Nelly, Mayulu. Hesti, Lestari. (2020). Korelasi antara asupan serat, asupan lemak, dan status gizi dengan kadar kolesterol total remaja usia 18-20 tahun. *Jurnal Biomedik*. 2020;12(2):94-101
- Anakonda, S., Widiyany, F. L., & Inayah, I. (2019). Hubungan aktivitas olahraga dengan kadar kolesterol pasien penyakit jantung koroner. *Ilmu Gizi Indonesia*, 2(2), 125. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v2i2.106>
- Arifah, Y., Sunarti, S., & Prabandari, R. (2022). Efek bunga telang (*Clitoria ternatea L*) terhadap kolesterol total, Ldl, Hdl pada tikus (*Rattus Norvegicus*). *Journal Syifa Sciences and Clinical Research*, 4(1), 18–31. <https://doi.org/10.37311/jsscr.v4i1.13493>
- Azka, S. F. *et al.* (2019). Peran yoghurt kacang merah dalam menurunkan kadar kolesterol. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekes Kemenkes Bandung*, 11(1), 141–147
- Budi, A. *et al.* (2023). Prevalensi kadar kolesterol pada remaja putri di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 10(2), 45-56.
- Cahyani, S. & Susanto, A. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi kadar kolesterol pada remaja putri. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 23-34.
- Claudia, Clarasinta. (2018). Hubungan asupan serat dan indeks masa tubuh (imt) dengan kadar kolesterol total pada mahasiswa Jurusan Biologi Universitas Lampung. *Jurnal Fakultas Kedokteran Universitas Lampung Bandar Lampung 2018*
- Daniels, S. R. *et al.* (2019). Cardiovascular risk factors and atherosclerosis in children and adolescents New England. *Journal Of Medicine*, 381(21), 2041-2052.
- Desi, Lestari Wulandari. (2020). Potensi yogurt kacang merah terhadap kadar kolesterol hdl pada remaja obesitas. *Sport and Nutrition Journal*, Vol 2(1)
- Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak, K. K. R. I. (2022). *Laporan Akuntabilitas Kinerja Instansi Pemerintah (LAKIP) Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak Tahun Anggaran 2022*. 1–35.
- Dwijowati, Asih Saputri. dan Aulia, Novitasari. (2021). Hubungan usia dengan kadar kolesterol masyarakat di Kota Bandar Lampung. *Bioedukasi: Jurnal Pendidikan Biologi*, Vol 12(2), 234-243
- Elimaster Tua Marbun, *et al.* (2022). Sistem pakar mendiagnosa penyakit kolesterol pada remaja menggunakan metode certainty factor. *Pusat Riset dan Pengabdian Masyarakat STMIK Triguna Dharma*, Vol 1(4)

- Fatmah. (2020). Faktor yang berhubungan dengan kolesterol remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2).
- Fitriani, R. & Susilowati, D. (2021). Pola makan sehat dan hubungannya dengan kesehatan jantung remaja: sebuah tinjauan sistematis. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 16(1). 45-52. DOI: 10.24198/jkma.v16i1.29510
- Fuadah, F. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Umi Kulsum Banjaran Kabupaten Bandung. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(2), 707-714.
- Hartono, B. *et al.* (2023). Prevalensi kadar kolesterol tinggi pada remaja putri di sekolah menengah atas: studi kasus di Kota Bandung. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(3), 78-89.
- Kusumawardani, N. & Ardiansyah, D. (2019). Hubungan asupan energi, protein, lemak, karbohidrat, kolesterol, dan aktivitas fisik dengan status gizi pada remaja putri di SMK Negeri 2 Singaraja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 15(2), 116-123.
- Mutiara, Amelia Sabrina. (2023). Artikel reviu: Efektivitas yoghurt kacang merah (*Phaseolus Vulgaris*) untuk menurunkan kadar kolesterol. *Journal of Scientech Reasearch and Development*. Vol 5(1). DOI: <https://doi.org/10.56670/jsrd.v5i1.131>
- Mulyani, R. & Santoso, D. (2021). Hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kadar kolesterol pada remaja di SMA: Studi Korelasi. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 45-52.
- Pratiwi, N. & Sumarni, S. (2021). Pola konsumsi makanan dan hubungannya dengan kadar kolesterol pada remaja putri di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 10(2). 75-82. DOI: 10.14710/jgkm.10.2.75-82
- Putri, A. D. & Wijaya, A. K. (2020) Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi dan kadar kolesterol pada remaja perempuan: Studi Kasus di Kota Surabaya. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 8(2). 87-94. DOI: 10.14710/jgk.8.2.87-94
- Ratna, Saragih. (2019). Kadar kolesterol yang berhubungan terhadap aktifitas remaja putri sehari-hari di SMP Kulon Progo. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, Vol 1(2). 105-108
- Saputri, D. A. & Novitasari, A. (2021). Hubungan pola konsumsi dengan kadar kolesterol masyarakat Di Kota Bandar Lampung. *Serambi Saintia Jurnal Sains Dan Aplikasi*, 9(1), 8-22.
- Sari, D. K. & Putra, A. P. (2020). Pengaruh aktivitas fisik dan status gizi terhadap kadar kolesterol pada remaja putri di Daerah Urban. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 12(2). 105-112. DOI: 10.21009/JIK.122.1
- Sari, M. & Pratama, A. (2021). Pengaruh konsumsi *fast food* terhadap kadar kolesterol pada remaja di SMA: Studi Kasus di Kota Surabaya. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 75-82.




- Setiawan, A. P. & Wibowo, A. (2021). Konsumsi *fast food* dan kesehatan remaja di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 78-89.
- Smith, J. & Jones, A. (2020). The Influence of school environment on physical activity among high school student. *Journal of Adolescent Health*, 45(3), 215-222.
- Smith, A. D. Casterline, J. & Johnson, K. (2023). Prevalensi kadar kolesterol tinggi pada remaja putri di Sekolah Menengah Atas: *Temuan dari Studi Populasi di Kota Surabaya*. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 10(2), 45-56.
- Sofia, S. J. (2019). Hubungan indeks massa tubuh dengan keadaan biokimia darah pada karyawan PT. Asuransi Jiwa Bumi Asih Jaya (skripsi). *Universitas Indonesia*, Vol 2(3), 6-20.
- Suparisa. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi remaja putri di SMA Negeri 6 Banjar. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, Vol 2(3), 235-240
- Suryadi, F. & Nurhayati, L. (2022). Hubungan antara kebiasaan makan dengan kadar kolesterol pada remaja putri di Kota Bandung. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 9(1). 32-40. DOI: 10.25077/jgkm.v9i1.10523
- Saputri, Dwijowati Asih. Dan Novitasari, Aulia. (2021). Hubungan pola konsumsi dengan kadar kolesterol masyarakat di Kota Bandar Lampung. *Jurnal Sains dan Alikasi*, Volume 9(1), 245-251
- Wahon, Elisabeth Wasi. (2020). Studi literatur analisis faktor yang mempengaruhi kadar kolesterol pada mahasiswa. *Diploma thesis, Poltekes Kemenkes Kupang*
- Wahyuni, Tri. & Diansabila, Jihanita. (2020). Hubungan indeks massa tubuh (imt) dengan kadar kolesterol pada mahasiswa program studi kedokteran. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science*, Vol 1(2), 167-175









LAMPIRAN

Lembar Konsultasi/Bimbingan Skripsi

Nama : Dede Mulyani
NPM : 225401446151
Program Studi : Sarjana Kebidanan
Judul Skripsi : Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kadar Kolesterol Pada Remaja Putri Di SMK Negeri 13 Garut Tahun 2023
Dosen Pembimbing I : Dr. Bdn. Vivi Silawati, SST, SKM., MKM
Dosen Pembimbing II : Anni Suciawati, SST., Bdn., SH., M.Kes., MH
Kegiatan Konsultasi

No.	Hari/Tanggal	Materi Konsultasi	Saran Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
1	9 Oktober 2023	Konsultasi pengajuan outline atau judul skripsi penelitian	Pengajuan judul skripsi minimal 3 judul	 Dr. Bdn. Vivi Silawati, SST, SKM., MKM
2	16 Oktober 2023	Konsultasi judul penelitian skripsi	ACC judul penelitian skripsi dengan judul Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kadar Kolesterol Pada Remaja Putri Di SMK Negeri 13 Garut Tahun 2023, selanjutnya upload di appsta	 Anni Suciawati, SST., Bdn., SH., M.Kes., MH
3	24 Oktober 2023	Konsultasi BAB I - BAB III	Untuk Latar Belakang dilakukan pemeriksaan kadar kolesterol pada 10 siswi untuk melihat masalah serta tentukan variabel yang akan diteliti	 Dr. Bdn. Vivi Silawati, SST, SKM., MKM

4	26 Oktober 2023	Konsultasi BAB I - BAB III	Latar belakang mencakup masalah, faktor penyebab, dampak yang kemungkinan terjadi. Data yang diambil 5 tahun terakhir, kumpulkan dari beberapa penelitian sebelumnya	 Anni Suciawati, SST., Bdn., SH., M.Kes., MH
5	3 November	Konsultasi BAB I - BAB III	Rancangan penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan adalah cross sectional, sampel yang digunakan adalah remaja putri untuk mencari jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus slovin	 Dr. Bdn. Vivi Silawati, SST, SKM., MKM
6	28 November 2023	Konsultasi BAB I - BAB III	Perbaiki cara penulisan sesuaikan dengan panduan skripsi. Mulai mencari kuesioner untuk instrument penelitian atau membuat sendiri	 Anni Suciawati, SST., Bdn., SH., M.Kes., MH
7	5 Januari 2024	Konsultasi BAB I - BAB III	Kuesioner yang digunakan dibuat sendiri yang sebelumnya sudah dilakukan uji validitas dan realibilitas	 Dr. Bdn. Vivi Silawati, SST, SKM., MKM
8	10 Januari 2024	Konsultasi BAB I - BAB III	Tambahkan beberapa literature yang berhubungan dengan masalah yang diteliti. Surat balasan dari tempat penelitian harus ada ACC proposal silahkan lanjut uji etik dan proses ambil data penelitian	 Anni Suciawati, SST., Bdn., SH., M.Kes., MH

9	15 Februari 2024	Konsultasi BAB IV - BAB V	Revisi tujuan khusus Revisi Definisi oprasional Pengolahan data diperbaiki Pahami maksud kuesioner serta skor pada tiap jawaban yang diberikan Lakukan analisis data	 Dr. Bdn. Vivi Silawati, SST, SKM., MKM
10	16 Februari 2024	Konsultasi BAB IV - BAB V	Revisi tata letak pengetikan lihat panduan Dipembahasan jurnal ditambah lagi	 Anni Suciawati, SST., Bdn., SH., M.Kes., MH
11	119 Februari 2024	Konsultasi BAB I- BAB V	Revisi definisi operasional sesuaikan dengan topik yang diteliti	 Dr. Bdn. Vivi Silawati, SST, SKM., MKM
12	20 Februari 2024	Konsultasi DO yang sudah direvisi serta konsul BAB IV- BAB V	Perbaiki cara penulisan di definisi operasional serta cara penulisan skornya. Pengetikan ikuti panduan	 Anni Suciawati, SST., Bdn., SH., M.Kes., MH
13	21 Februari 2024	Konsultasi kelengkapan semua BAB	Narasi skripsi pengetikannya diberi spasi 2, penulisan nam diperhatikan lagi cara penulisan gelarnya, ACC untuk mengikuti sidang skripsi	 Dr. Bdn. Vivi Silawati, SST, SKM., MKM
14	21 Februari 2024	Konsultasi kelengkapan semua BAB	Narasi skripsi pengetikannya diberi spasi 2, penulisan nam diperhatikan lagi cara penulisan gelarnya, ACC untuk mengikuti sidang skripsi	 Anni Suciawati, SST., Bdn., SH., M.Kes., MH



UNIVERSITAS NASIONAL FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Harsono RM No. 1 Ragunan, Jakarta Selatan 12550, Telp. 27870882
Website: www.unas.ac.id; Email: fikes@civitas.unas.ac.id

Jakarta, 02 Februari 2024

Nomor : 095/D/SP/FIKES/III/2024
Lampiran : -
Perihal : **Izin Penelitian dan Pengambilan Data**

Kepada Yth : Kepala Sekolah SMK Negeri 13 Garut
Jln Raya Bungbulang Garut Desa Pananjung
Kec. Pamulihan Kabupaten Garut

Dengan hormat,

Pimpinan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Dede Mulyani
NPM : 225401446151
Program Studi : Sarjana Kebidanan
No. Telepon/HP : 082318667190

Mahasiswa tersebut bermaksud melakukan penelitian dan pengambilan data yang diperlukan dalam rangka penulisan skripsi dengan judul : **Fakto-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kadar Kolestrol Pada Remaja Putri Di SMK Negeri 13 Garut Tahun 2023**. Adapun sebagai pembimbing skripsi mahasiswa tersebut, yaitu :

Pembimbing 1 : Dr. Bdn. Vivi Silawati, SST, SKM., MKM
Pembimbing 2 : Anni Suciawati, SST., Bdn., SH., M.Kes., MH

Sehubungan dengan hal tersebut mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan bantuan.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.



Dekan,

Retno Widowati
Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.

KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN IMMANUEL BANDUNG
IMMANUEL SCHOOL OF HEALTH SCIENCES BANDUNG

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.083/KEPK/IKI_B/2023

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Dede Mulyani
Principal In Investigator

Nama Institusi : Universitas Nasional Jakarta
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

**"FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KADAR KOLESTEROL
PADA REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 6 GARUT TAHUN 2023"**

**"FACTORS RELATING TO CHOLESTEROL LEVELS IN ADOLESCENT WOMEN
AT STATE VOCATIONAL SCHOOL 6 GARUT YEAR 2023"**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Peretujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risk, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 24 Desember 2023 sampai dengan tanggal 24 Desember 2024.

This declaration of ethics applies during the period December 24, 2023 until December 24, 2024.

UNIVERSITAS NASIONAL



**FORMULIR PERSETUJUAN PARTISIPASI DALAM PENELITIAN
(INFORMED CONCENT)
NASKAH PENJELASAN**

Sebagai persyaratan untuk menyelesaikan studi Program Studi Sarjana Kebidanan di Universitas Nasional Jakarta akan dilakukan penelitian skripsi yang berjudul “Faktor-faktor yang berhubungan dengan kadar kolesterol pada Sisiwi SMK Negeri 13 Garut tahun 2023”

Saudara diminta untuk ikut mengambil bagian dalam suatu penelitian. Penelitian tesis ini dilaksanakan di SMK Negeri 13 Garut. Peneliti akan menjelaskan prosedur penelitian ini kepada saudara, kemudian meminta kesediaan saudara untuk berpartisipasi. Apabila saudara bersedia berpartisipasi, selanjutnya akan diminta untuk menandatangani lembar persetujuan yang menyatakan bahwa penelitian telah dijelaskan, pertanyaan telah dijawab, dan bahwa saudara setuju untuk berpartisipasi.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan menjelaskan Faktor-faktor yang berhubungan dengan kadar kolesterol pada Sisiwi SMK Negeri 13 Garut.

Penelitian dilakukan dengan wawancara yang ditujukan langsung kepada siswa kelas XI dan kelas XII, dengan menggunakan kuesioner yang terdiri dari beberapa pertanyaan yang difasilitasi oleh peneliti sendiri untuk mengukur indikator konsumsi *fast food*. dan untuk mengukur status gizi dilakukan pengukuran Berat Badan dan Tinggi Badan dengan alat penimbangan dan *sature mater*. Waktu yang diperlukan dalam penelitian ini selama 20 menit.

Partisipasi saudara bersifat sukarela tanpa paksaan dan bila tidak berkenan saudara dapat menolak, atau sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri tanpa sanksi apapun

Semua informasi dan hasil penelitian yang peneliti dapatkan akan dijaga kerahasiaannya dan akan disampaikan/dituangkan dalam hasil penelitian dan sebagai pengembangan ilmu pengetahuan semata semua data yang dikumpulkan peneliti tidak akan dihubungkan dengan identitas saudara sekalian.

Peneliti berharap saudara bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Serta tidak lupa peneliti sampaikan permohonan maaf yang sedalam-dalamnya apabila ada yang kurang berkenan.

Bandung, Januari 2024
Peneliti

Dede Mulyani

**FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KADAR
KOLESTEROL PADA SISWI DI SMK NEGERI 13 GARUT
TAHUN 2023**

No Responden:.....

Lembar Persetujuan

sehubungan akan dilakukannya penelitian dengan judul “*Faktor-faktor yang berhubungan dengan kadar kolesterol pada Sisiwi SMK Negeri 13 Garut*” Maka dengan ini saya bersedia menjadi responden dalam penelitian yang akan dilakukan oleh:

Nama : Dede Mulyani
NIM : 225401446151
Pekerjaan : Mahasiswa Universitas Nasional Jakarta

Jakarta, Januari 2024

()



Identitas Responden		
1	No. Responden	:
2	Nama Responden	:
3	Tanggal Lahir	:
4	Kelas	:
5	Alamat Rumah	:
6	No Telp / Hp	:

Kadar Kolesterol :

Status Gizi (diisi oleh peneliti)

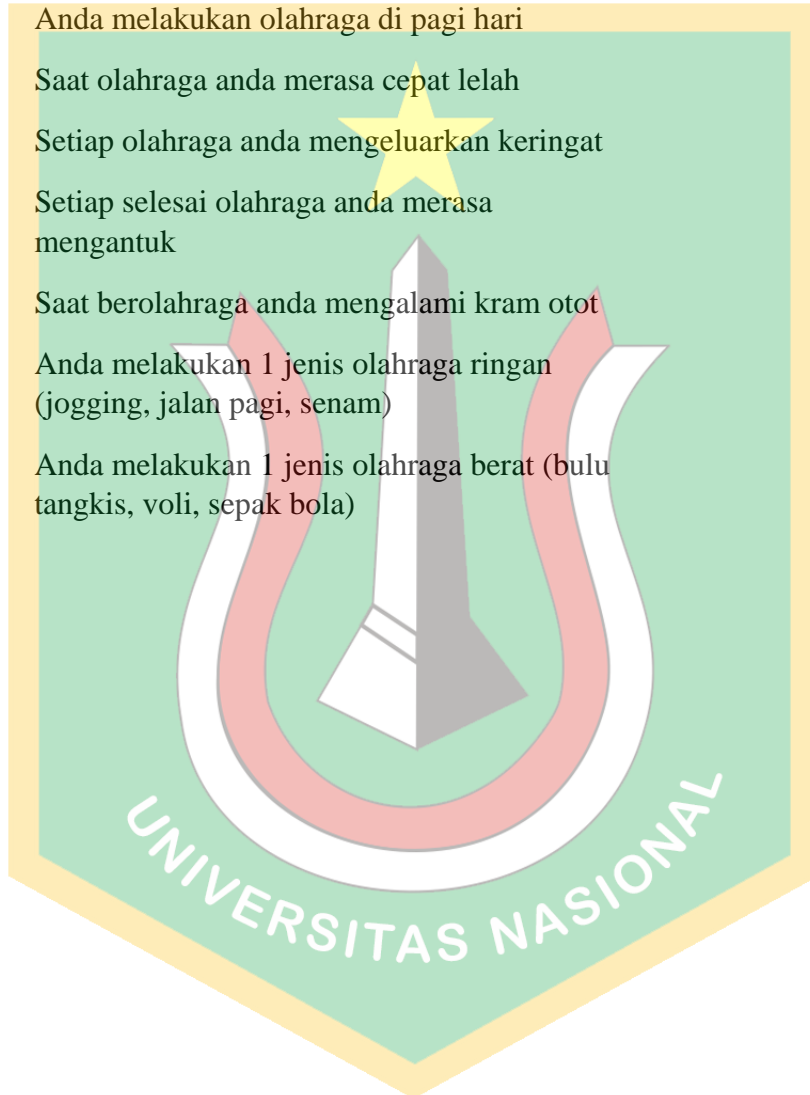
1. BB :
2. TB :
3. IMT :

Pola Makan & Aktifitas Fisik

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
Pola Makan			
1.	Apakah pola makan (sarapan, makan siang, makan malam) anda berjalan secara teratur?		
2.	Apakah anda selalu sarapan pagi sebelum beraktivitas?		
3.	Apakah anda sering merasa lemas jika tidak sarapan pagi?		
4.	Dengan sarapan pagi, apakah anda lebih berkonsentrasi ketika melakukan suatu kegiatan?		
5.	Apakah anda sering jajan di luar rumah?		
6.	Apakah anda mengkonsumsi sayur dan buah setiap hari?		
7.	Apakah anda sudah minum air putih sebanyak 2 liter setiap harinya?		
8.	Apakah anda sering telat makan?		

Aktifitas Fisik

1. Apakah anda melakukan kegiatan olahraga?
2. Waktu yang anda gunakan dalam berolahraga minimal 30 menit?
3. Anda melakukan olahraga 3x dalam seminggu
4. Anda melakukan olahraga di pagi hari
5. Saat olahraga anda merasa cepat lelah
6. Setiap olahraga anda mengeluarkan keringat
7. Setiap selesai olahraga anda merasa mengantuk
8. Saat berolahraga anda mengalami kram otot
9. Anda melakukan 1 jenis olahraga ringan (jogging, jalan pagi, senam)
10. Anda melakukan 1 jenis olahraga berat (bulu tangkis, voli, sepak bola)



KUESIONER KONSUMSI FAST FOOD (1 BULAN TERAKHIR)

Berilah tanda ceklist (√) pada jawaban yang anda pilih

No	Nama makanan	Apakah anda mengkonsumsi jenis makanan			
		Tidak Pernah	1-3x/hari	1-3x/mngg	1-3x/bulan
1	Hot Dog				
2	Hamburger				
3	Pizza				
4	Spaghetti				
5	Sosis				
6	Chicken nugget				
7	Kentang Goreng				
8	Kebab				
9	Sandwich				
10	Fried Chicken				
11	Donat				
12	Chocolate				
13	Biskuit				
14	Mie instant				
15	Cup cake (bolu)				
16	Minuman <i>soft drink</i>				



Statistics

		umur	kelas	kolesterol	imt	polamakan	aktifitas	fastfood
N	Valid	56	56	56	56	56	56	56
	Missing	0	0	0	0	0	0	0
Mean		2.61	2.04	1.52	1.93	1.70	1.68	1.59
Median		3.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00
Mode		3	3	2	2	2	2	2
Std. Deviation		.493	.830	.504	.783	.464	.471	.496
Minimum		2	1	1	1	1	1	1
Maximum		3	3	2	3	2	2	2

ANALISIS UNIVARIAT

Frequency Table

		umur			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	14-16 tahun	22	39.3	39.3	39.3
	17-20 tahun	34	60.7	60.7	100.0
	Total	56	100.0	100.0	

		kelas			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	X	18	32.1	32.1	32.1
	XI	18	32.1	32.1	64.3
	XII	20	35.7	35.7	100.0
	Total	56	100.0	100.0	

kolesterol

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<170mg/dl	27	48.2	48.2	48.2
	>170mg/dl	29	51.8	51.8	100.0

Total	56	100.0	100.0
-------	----	-------	-------

imt

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<18,5	19	33.9	33.9	33.9
	18,5 - 25	22	39.3	39.3	73.2
	25,1-27	15	26.8	26.8	100.0
	Total	56	100.0	100.0	

polamakan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik > 8	17	30.4	30.4	30.4
	Kurang Baik < 8	39	69.6	69.6	100.0
	Total	56	100.0	100.0	

aktifitas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik > 10	18	32.1	32.1	32.1
	Kurang Baik < 10	38	67.9	67.9	100.0
	Total	56	100.0	100.0	

fastfood

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	jarang < 20,5	23	41.1	41.1	41.1
	selalu > 20,5	33	58.9	58.9	100.0
	Total	56	100.0	100.0	

ANALISIS BIVARIAT

Crosstabs

umur * kolesterol Crosstabulation

		kolesterol		Total	
		<130mg/dl	>130mg/dl		
Umur	14-16 tahun	Count	9	13	22
		% within umur	40.9%	59.1%	100.0%
	17-20 tahun	Count	18	16	34
		% within umur	52.9%	47.1%	100.0%
Total		Count	27	29	56
		% within umur	48.2%	51.8%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)	Exact Sig. (2- sided)	Exact Sig. (1- sided)
Pearson Chi-Square	.774 ^a	1	.379		
Continuity Correction ^b	.368	1	.544		
Likelihood Ratio	.778	1	.378		
Fisher's Exact Test				.423	.273
Linear-by-Linear Association	.761	1	.383		
N of Valid Cases	56				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 10.61.

b. Computed only for a 2x2 table

Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
imt * kolesterol	56	100.0%	0	0.0%	56	100.0%

imt * kolesterol Crosstabulation

		kolesterol		Total	
		<130mg/dl	>130mg/dl		
Imt	kurus <18,5	Count	10	9	19
		% within imt	52.6%	47.4%	100.0%
	normal 18,5 - 25	Count	15	7	22
		% within imt	68.2%	31.8%	100.0%
	gemuk 25,1-27	Count	2	13	15
		% within imt	13.3%	86.7%	100.0%
Total		Count	27	29	56
		% within imt	48.2%	51.8%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	10.971 ^a	2	.004
Likelihood Ratio	11.972	2	.003
Linear-by-Linear Association	4.301	1	.038
N of Valid Cases	56		

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 7.23.

Crosstabs

Case Processing Summary

	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
polamakan * kolesterol	56	100.0%	0	0.0%	56	100.0%

polamakan * kolesterol Crosstabulation

		kolesterol		Total	
		<130mg/dl	>130mg/dl		
polamakan	teratur	Count	12	5	17
		% within polamakan	70.6%	29.4%	100.0%
	tidak teratur	Count	15	24	39
		% within polamakan	38.5%	61.5%	100.0%
Total		Count	27	29	56
		% within polamakan	48.2%	51.8%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)	Exact Sig. (2- sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	4.894 ^a	1	.027		
Continuity Correction ^b	3.692	1	.055		
Likelihood Ratio	4.994	1	.025		
Fisher's Exact Test				.042	.027
Linear-by-Linear Association	4.807	1	.028		
N of Valid Cases	56				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 8.20.

b. Computed only for a 2x2 table

Crosstabs

Case Processing Summary

	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
aktifitas * kolesterol	56	100.0%	0	0.0%	56	100.0%

aktifitas * kolesterol Crosstabulation

		kolesterol		Total	
		<130mg/dl	>130mg/dl		
Aktifitas	ya	Count	9	9	18
		% within aktifitas	50.0%	50.0%	100.0%
	tidak	Count	18	20	38
		% within aktifitas	47.4%	52.6%	100.0%
Total		Count	27	29	56
		% within aktifitas	48.2%	51.8%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	.034 ^a	1	.854		
Continuity Correction ^b	.000	1	1.000		
Likelihood Ratio	.034	1	.854		
Fisher's Exact Test				1.000	.540
Linear-by-Linear Association	.033	1	.855		
N of Valid Cases	56				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 8.68.

b. Computed only for a 2x2 table

Crosstabs

Case Processing Summary

	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
fastfood * kolesterol	56	100.0%	0	0.0%	56	100.0%

fastfood * kolesterol Crosstabulation

		kolesterol		Total	
		<130mg/dl	>130mg/dl		
Fastfood	jarang	Count	16	7	23
		% within fastfood	69.6%	30.4%	100.0%
	selalu	Count	11	22	33
		% within fastfood	33.3%	66.7%	100.0%
Total	Count	27	29	56	
	% within fastfood	48.2%	51.8%	100.0%	

Chi-Square Tests

	Value	Df	Asymptotic Significance (2- sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	7.126 ^a	1	.008		
Continuity Correction ^b	5.749	1	.016		
Likelihood Ratio	7.284	1	.007		
Fisher's Exact Test				.014	.008
Linear-by-Linear Association	6.999	1	.008		
N of Valid Cases	56				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 11.09.

b. Computed only for a 2x2 table



DOKUMENTASI KEGIATAN PENELITIAN







UNIVERSITAS INDONESIA MAJU
Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia
(*Indonesian Midwifery Scientific Journal*)

Gedung HZ, Jl. Harapan No. 50 Lenteng Agung, Jakarta Selatan 12610

Jakarta, 23 Februari 2024

No. : 142/Penerimaan/JIKI/II/2024
Lampiran : -
Hal : Surat Penerimaan Naskah Publikasi Jurnal

Kepada Yth:

Dede Mulyani, Vivi Silawati, Anni Suciawati

Terimakasih telah mengirimkan artikel ilmiah untuk diterbitkan pada Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia (*Indonesian Midwifery Scientific Journal*) Universitas Indonesia maju (ISSN 2252-4010, E-ISSN 2354-8169) Dengan Judul :

**“Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kadar Kolesterol Pada Remaja Putri
Di Smk Negeri 13 Garut Tahun 2023 “**

Berdasarkan hasil review, artikel tersebut dinyatakan **DITERIMA** untuk dipublikasikan di Jurnal kami untuk Vol.15, No.1 Maret 2025. Artikel tersebut akan terbit secara online di <https://journals.stikim.ac.id/index.php/jiki>. Kami akan mengirimkan hardcopy jurnal setelah penerbitan jurnal secara online.

Demikian informasi ini disampaikan, dan atas perhatiannya, diucapkan terimakasih.

Hormat kami,



Irma Jayatmi, SST, Bdn, M.Kes
Ketua Redaksi JIKI
Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
Universitas Indonesia Maju

BIODATA PENULIS

Nama : Dede Mulyani
NPM : 225401446151
Alamat : Kp. Sumadra Rt 01 Rw 04 Desa Pananjung Kec.
Pamulihan Kab. garut
No. HP aktif : 082318667190
Email aktif : mulyadidede715@gmail.com
Pendidikan : 1. SD Negeri 1 Ciela tahun 1993-1999
2. SLTP Negeri 1 Bayongbong tahun 1999-2022
3. SMK Gilang Kencana tahun 2022-2005
4. D3 Kebidanan YPSDMI garut Jabar tahun 2005 - 2009
Pengalaman Kerja : 1. UPT Puskesmas Cibalong tahun 2009-2010
2. UPT Puskesmas Cisandaan tahun 2010 sampai sekarang
sekarang
Penghargaan : -

Jakarta, 24 Februari 2024

(Dede Mulyani)



Turnitin Dede Mulyani

ORIGINALITY REPORT

29%
SIMILARITY INDEX

30%
INTERNET SOURCES

2%
PUBLICATIONS

5%
STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.unhas.ac.id Internet Source	7%
2	repository.pkr.ac.id Internet Source	4%
3	repository.stik-sintcarolus.ac.id Internet Source	4%
4	repository.poltekkes-denpasar.ac.id Internet Source	4%
5	123dok.com Internet Source	2%
6	alenmarlissmpn1gresik.wordpress.com Internet Source	1%
7	perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id Internet Source	1%
8	e-journal.lppmdianhusada.ac.id Internet Source	1%
9	digilib.unila.ac.id Internet Source	1%

10	repository.umsu.ac.id Internet Source	1%
11	repositori.stikes-ppni.ac.id Internet Source	1%
12	repository.poltekkes-kdi.ac.id Internet Source	1%
13	nurulsakamolejourday.blogspot.com Internet Source	1%
14	jurnal.syedzasaintika.ac.id Internet Source	1%
15	pdffox.com Internet Source	1%

Exclude quotes Off
 Exclude bibliography Off

Exclude matches < 1%



ABSTRAK

FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KADAR KOLESTEROL PADA REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 13 GARUT TAHUN 2023

Dede Mulyani¹, Vivi Silawati², Anni Suciawati³

^{1,2,3} Universitas Nasional

email: bungsu.fahmi05@gmail.com

Latar Belakang: Masa remaja merupakan tahap perkembangan mental, emosional, sosial dan fisik.. Kelompok remaja memiliki gaya hidup yang lebih muda dibandingkan kelompok lainnya. Remaja memiliki risiko tinggi mengalami penyakit-penyakit yang menyertai tubuhnya, hal itu terjadi karena masa remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi untuk pertumbuhan dan perkembangannya.

Tujuan: Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kadar kolesterol total pada siswi SMK Negeri 13 Garut

Metodologi: Rancangan penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif. Penelitian ini dilakukan dalam jangka waktu kurang dari satu tahun, oleh karena itu desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 56 remaja putri. Teknik pengambilan sampel menggunakan *teknik proportional random sampling*. Instrumen penelitian terdiri dari pengukuran status gizi remaja, kuesioner pola makan, aktifitas fisik olahraga dan konsumsi *fast food*. Kuesioner ini telah diuji validitas dan reliabilitas dengan nilai *koefisien cronbach's alpha* 0,888. Data dianalisis menggunakan *descriptive statistics* dan uji *Chi Square* untuk mengetahui hubungan antara faktor umur, status gizi, pola makan, aktifitas fisik olahraga dan konsumsi *fast food*.

Hasil Penelitian: Menunjukkan adanya faktor-faktor yang berhubungan dengan kadar kolesterol remaja putri. Hasil uji statistik didapatkan nilai signifikan antara lain status gizi dengan $p\text{-value } 0,004 < 0,05$, pola makan dengan $p\text{-value } 0,027$ dan konsumsi *fast food* dengan $p\text{-value } 0,008 < 0,05$ artinya ada hubungan antara status gizi, pola makan, dan konsumsi *fast food* terhadap kadar kolesterol remaja putri di SMK N 13 Garut tahun 2023.

Kesimpulan: Terdapat faktor-faktor yang berhubungan dengan kadar kolesterol remaja putri

Saran: meningkatkan kesehatan remaja putri di sekolah dengan cara berkoordinasi dengan tenaga kesehatan dalam melakukan pendidikan kesehatan tentang pentingnya mengkonsumsi makanan seimbang.

Kata kunci : status gizi, pola makan, aktifitas fisik, konsumsi *fast food*, remaja putri, kadar kolesterol

Kepustakaan : 37 pustaka (2019 – 2023)

ABSTRACT

FACTORS RELATED TO CHOLESTEROL LEVELS IN ADOLESCENT WOMEN AT STATE VOCATIONAL SCHOOL 13 GARUT IN 2023

Dede Mulyani, Vivi Silawati, Anni Suciawati

Background: Adolescence is a stage of mental, emotional, social and physical development. The adolescent group has a younger lifestyle than other groups. Adolescents have a high risk of experiencing diseases that accompany their bodies, this happens because adolescence requires higher levels of nutrients for growth and development.

Objective: To determine the factors associated with total cholesterol levels in female students at SMK Negeri 13 Garut

Methodology: The research design used is a quantitative approach. This research was conducted over a period of less than one year, therefore the research design used was cross sectional. The sample in this study consisted of 56 young women. The sampling technique uses proportional random sampling technique. The research instrument consisted of measuring adolescent nutritional status, eating pattern questionnaires, physical activity, sports and fast food consumption. This questionnaire has been tested for validity and reliability with a Cronbach's alpha coefficient value of 0.888. Data were analyzed using descriptive statistics and the Chi Square test to determine the relationship between age, nutritional status, diet, physical activity and fast food consumption.

Research Results: show that there are factors related to cholesterol levels in adolescent girls. The results of statistical tests obtained significant values, including nutritional status with a p-value of $0.004 < 0.05$, diet with a p-value of 0.027 and fast food consumption with a p-value of $0.008 < 0.05$, meaning there is a relationship between nutritional status, diet, and fast food consumption on cholesterol levels of young women at SMK N 13 Garut in 2023.

Conclusion: there are factors related to cholesterol levels in adolescent girls

Suggestion: schools and female students play an active role in health education programs to increase understanding of healthy cholesterol levels

Keywords: Nutritional Status, Eating Patterns, Physical Activity, Fast Food Consumption, Adolescent Girls, Cholesterol Levels

Literature: 37 libraries (2019 – 2023)

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masa dewasa awal dimulai antara usia 10 dan 12 tahun dan puncaknya antara usia 18 dan 22 tahun. Masa remaja merupakan tahap perkembangan mental, emosional, sosial dan fisik.. Kelompok remaja memiliki gaya hidup yang lebih muda dibandingkan kelompok lainnya, antara lain dengan pola makan yang lebih tinggi kalori dan lebih sedikit serat dan aktifitas fisik yang tidak sesuai sehingga status gizi juga berpengaruh terhadap kadar kolesterol pada tubuh remaja tersebut (Yusinta et al., 2019).

Remaja memiliki risiko tinggi mengalami penyakit-penyakit yang menyertai tubuhnya, diantaranya penyakit jantung, diabetes tipe 2 dan struk. Hal itu terjadi karena masa remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Remaja putri memiliki risiko yang lebih tinggi dibandingkan remaja putra, hal ini dikarenakan remaja putri setiap bulannya mengalami haid (menstruasi). Selain itu remaja putri cenderung sangat memperhatikan bentuk badannya sehingga akan membatasi asupan makan dan banyak pantangan terhadap makanan seperti melakukan diet vegetarian supaya tidak mengalami kadar kolesterol tinggi (Yusinta et al., 2019).

Dampak dari kadar kolesterol tinggi pada remaja dapat menurunkan konsentrasi dan prestasi belajar, serta mempengaruhi produktivitas di kalangan remaja. Disamping itu juga dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena infeksi. Kadar kolesterol juga dapat mempengaruhi tingkat kesegaran jasmani seseorang. Akibat dari jangka panjang penderita kadar kolesterol tinggi pada remaja putri yang nantinya akan hamil, maka remaja putri tersebut tidak mampu memenuhi zat-zat gizi pada dirinya dan janinnya sehingga dapat meningkatkan terjadinya risiko kematian maternal, prematuritas, BBLR (Berat Bayi Lahir Rendah), dan kematian perinatal (Sofia, 2019).

Kolesterol merupakan suatu zat gizi atau komponen lemak kompleks yang sangat penting bagi tubuh selain komponen zat gizi lain, seperti karbohidrat, vitamin, mineral dan protein. Kolesterol mengalir dalam sirkulasi darah dan beredar keseluruh sel tubuh, dalam kondisi normal kolesterol bermanfaat bagi tubuh sebagai bahan dasar pembentukan hormon, seperti estrogen dan testosterone serta berperan sebagai unsur penyusun vitamin D serta garam empedu (Sofia, 2019).

Kolesterol berbentuk bebas dan bentuk simpanan yang terdapat di jaringan dan plasma yang berikatan dengan asam lemak rantai-panjang sebagai ester-kolesteril. Sekitar setengah kolesterol tubuh diperoleh dari sintesis endogen dan sisanya diperoleh dari makanan misalnya kuning telur, daging, hati, dan otak. Kolesterol terbagi menjadi 2 jenis yaitu low density lipoprotein (LDL) atau biasa disebut kolesterol jahat dan high density lipoprotein (HDL) sebagai kolesterol baik (Fatmah, 2020).

Menurut National Cholesterol Education Program (NCEP) kadar kolesterol darah total dikatakan normal jika ≤ 200 Mg/dL untuk usia dewasa, untuk remaja sendiri kadar kolesterol normal yang dianjurkan adalah <170 mg/dl. Cara pengukuran kadar kolesterol dilakukan dalam keadaan responden puasa. Kolesterol tinggi di dalam darah atau hiperkolesterolemia akan menyebabkan terjadinya akumulasi lipid pada pembuluh darah. Akumulasi lipid tersebut diserap oleh makrofag sehingga membentuk sel busa yang akhirnya menjadi plak di pembuluh darah. Semakin lama plak berada di pembuluh darah akan menyebabkan pembentukan selubung fibrosa pada plak. Jika selubung rusak / cacat akan memudah ruptur dan ulserasi plak yang akan menyebabkan sumbatan aliran darah hal ini menyebabkan arteroklerosis (Saputri&Novitasari, 2021).

Diperkiraan angka kematian di dunia sekitar 2,6 juta akibat resiko terhadap penyakit jantung dan stroke yang disebabkan oleh peningkatan kadar kolesterol. Prevalensi kolesterol total tertinggi diduduki oleh wilayah Eropa dengan jumlah sekitar 54% untuk kedua jenis kelamin, diikuti oleh wilayah Amerika 48%, kemudian 29,0% untuk Asia Tenggara, dan 22,6% untuk Wilayah Afrika (WHO, 2018).

Data di Indonesia yang diambil dari riset kesehatan dasar nasional (RISKESDAS) tahun 2018 menunjukkan ada 35.9 % dari penduduk Indonesia yang berusia <15 tahun mengalami hiperkolesterolemia dengan kadar kolesterol ≥ 200 mg/dl dimana perempuan lebih banyak dari laki laki dan perkotaan lebih banyak dari di pedesaan. Data RISKEDAS juga menunjukkan 15.9 % populasi yang berusia <15 tahun mempunyai proporsi LDL yang sangat tinggi (≥ 190 mg/dl), 22.9 % mempunyai kadar HDL (High Density Lipoprotein) ≤ 40 mg/dl, dan 11.9% dengan kadar trigliserid yang sangat tinggi yaitu ≥ 500 mg/dl. Peningkatan kadar kolesterol total akan membentuk aterosklerosis yang dapat menyebabkan munculkan pengakit degeneratif. (Garnadi, 2019).

Begitu pula di Jawa Barat termasuk ke dalam 5 peringkat teratas proporsi nasional penduduk dengan perilaku konsumsi makanan berlemak, berkolesterol, dan makanan gorengan lebih dari sama dengan 1 kali per hari, diantaranya Jawa Tengah (60,3%), Yogyakarta (50,7%), Jawa Barat (50,1%), dan Jawa Timur (49,5%). Kadar kolesterol tinggi tidak terjadi begitu saja, banyak faktor yang mempengaruhi peningkatan kadar kolesterol pada remaja khususnya remaja putri dari mulai konsumsi fast food , aktifitas fisik yang tidak teratur, status gizi yang tidak baik bahkan riwayat kolesterol yang diturunkan dari orang tua nya (RISKESDAS, 2018).

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif. Penelitian ini dilakukan dalam jangka waktu kurang dari satu tahun, oleh karena itu desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 127 orang, dan sampel yang diambil menggunakan rumus slovin berjumlah 56 orang ibu hamil primigravida. Uji statistik yang digunakan menggunakan *Chie Square* untuk melihat hubungan antara dua variabel.

HASIL PENELITIAN ANALISIS UNIVARIAT

Tabel 1
Distribusi Responden Berdasarkan Umur Remaja Putri
di SMK Negeri 13 Garut Tahun 2023

Umur	Frekuensi (f)	Persentase (%)
14-16 tahun	22	39,3
17-20 tahun	34	60,7
Total	56	100.0

Berdasarkan tabel 1 terlihat bahwa sebagian besar dari remaja putri berumur 17-20 tahun (60,7%), dan sebagian kecil berumur 14-16 tahun (39,3%)

Tabel 2
Distribusi Responden Berdasarkan Kadar Kolesterol Remaja Putri
di SMK Negeri 13 Garut Tahun 2023

Kadar Kolesterol	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Normal (<170mg/dl)	27	48,2
Tidak normal (\geq 170mg/dl)	29	51,8
Total	56	100.0

Berdasarkan tabel 2 terlihat bahwa sebagian besar kadar kolesterol remaja putri tidak normal \geq 170mg/dl (51,8%) dan sebagian lagi kadar kolesterol remaja putri normal <170mg/dl (48,2%)

Tabel 3
Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi Remaja Putri
di SMK Negeri 13 Garut Tahun 2023

Status Gizi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurus (IMT <18,5)	19	33,9
Normal (IMT 18,5 – 25)	22	39,3
Gemuk (IMT >25)	15	26,8
Total	56	100.0

Berdasarkan tabel 3 terlihat bahwa sebagian besar remaja putri mempunyai status gizi normal (IMT 18,5-25) (39,3%) dan sebagian kecil remaja putri mempunyai status gizi gemuk (IMT >25) (26,8%)

Tabel 4
Distribusi Responden Berdasarkan Pola Makan Remaja Putri
di SMK Negeri 13 Garut Tahun 2023

Pola Makan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik (jika nilai skoring 8)	17	30,4
Kurang Baik (jika nilai skoring <8)	39	69,9
Total	56	100.0

Berdasarkan tabel 4 terlihat bahwa sebagian besar remaja putri mempunyai pola makan kurang baik (69,9%) dan sebagian kecil remaja putri mempunyai pola makan baik (30,1%)

Tabel 5
Distribusi Responden Berdasarkan Aktifitas Fisik Remaja Putri
di SMK Negeri 13 Garut Tahun 2023

Aktifitas Fisik	Frekuensi	Persentase (%)
Baik (jika nilai skoring 10)	18	32,1
Kurang Baik (jika nilai skoring < 10)	38	67,9
Total	56	100.0

Berdasarkan tabel 5 terlihat bahwa sebagian besar remaja putri mempunyai aktifitas fisik olahraga yang tidak teratur (67,9%) dan sebagian kecil remaja putri mempunyai aktifitas fisik olahraga yang teratur (32,1%)

Tabel 6
Distribusi Responden Berdasarkan Konsumsi *Fast food* Remaja Putri
di SMK Negeri 13 Garut Tahun 2023

Konsumsi <i>Fast food</i>	Frekuensi	Persentase (%)
Jarang (jika nilai skoring ≤ 16)	23	41,1
Selalu (jika nilai skoring >16)	33	58,9
Total	56	100.0

Berdasarkan tabel 6 terlihat bahwa sebagian besar remaja putri selalu mengkonsumsi *fast food* (58,9%) dan sebagian kecil remaja putri jarang mengkonsumsi *fast food* (41,1%)

ANALISIS BIVARIAT

Tabel 7
Hubungan Status Gizi dengan Kadar Kolesterol pada Remaja Putri
Di SMK Negeri 13 Garut Tahun 2023

Status Gizi	Kadar Kolesterol				Total	OR	P-value
	Normal (<170mg/dl)		Tidak Normal (>170mg/dl)				
	f	%	f	%			
Kurus (IMT <18,5)	10	52,6	9	47,4	19	100	0,004
Normal (IMT 18,5 – 25)	15	68,2	7	31,8	22	100	
Gemuk (IMT >25)	2	13,3	13	86,7	15	100	
Total	27	48,2	29	51,8	56	100	

Berdasarkan tabel 7 dari 19 responden yang mempunyai IMT < 18,5 dan kadar kolesterol <170mg/dl terdapat 10 (52,6%) dan responden yang mempunyai IMT <18,5 dan kadar kolesterol \geq 170mg/dl terdapat 9 (47,4%) responden. Sedangkan dari 22 orang yang mempunyai IMT 18,5 - 25 dan kadar kolesterol <170mg/dl terdapat 15 (68,2%) dan responden yang mempunyai IMT 18,5-25 dan kadar kolesterol \geq 170mg/dl terdapat 7 (31,8%) responden. Dan dari 15 orang yang mempunyai IMT 25,1-27 dan kadar kolesterol <170mg/dl terdapat 2 (13,3%) dan responden yang mempunyai IMT 25,1-27 dan kadar kolesterol \geq 170mg/dl terdapat 13 (86,7%) responden. Hasil uji *Chi square* didapat nilai *p value* $0,004 < 0,05$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kadar kolesterol remaja putri.

Tabel 8
Hubungan Pola Makan dengan Kadar Kolesterol pada Remaja Putri
Di SMK Negeri 13 Garut Tahun 2023

Pola Makan	Kadar Kolesterol				Total	OR	P-value
	Normal (<170mg/dl)		Tidak Normal (\geq 170mg/dl)				
	f	%	f	%			
Baik (> 8)	12	70,6	5	29,4	17	100	4,994
Kurang Baik (\leq 8)	15	38,5	24	61,5	29	100	
Total	27	48,2	29	51,8	56	100	

Berdasarkan tabel 8 dari 17 responden yang mempunyai pola makan baik >8 dan kadar kolesterol <170mg/dl terdapat 12 (70,6%) dan responden yang mempunyai pola makan baik >8 dan kadar kolesterol \geq 170mg/dl terdapat 5 (29,4%) responden. Sedangkan dari 29 orang yang mempunyai pola makan kurang baik \leq 8 dan kadar kolesterol <170mg/dl terdapat 15 (38,5%) dan responden yang mempunyai pola makan kurang baik \leq 8 dan kadar kolesterol \geq 170mg/dl terdapat 24 (61,5%) responden. Hasil uji *Chi square* didapat nilai *p value* $0,027 < 0,05$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kadar kolesterol remaja putri.

Tabel 9
Hubungan Aktifitas Fisik Olahraga dengan Kadar Kolesterol pada Remaja Putri Di SMK Negeri 13 Garut Tahun 2023

Aktifitas Fisik Olahraga	Kadar Kolesterol				Total	OR	P-value	
	Normal (<170mg/dl)		Tidak Normal (≥170mg/dl)					
	f	%	f	%	f	%		
Baik (> 10)	9	50	9	50	18	100	0,034	0,854
Kurang Baik (≤ 10)	18	47,4	20	52,6	38	100		
Total	27	48,2	29	51,8	56	100		

Berdasarkan tabel 9 dari 18 responden yang mempunyai aktifitas fisik olah raga baik >10 dan kadar kolesterol <170mg/dl terdapat 9 (50%) dan responden yang mempunyai aktifitas fisik olah raga baik >10 dan kadar kolesterol ≥170mg/dl terdapat 9 (50%) responden. Sedangkan dari 38 orang yang mempunyai aktifitas fisik olahraga kurang baik ≤ 8 dan kadar kolesterol <170mg/dl terdapat 18 (47,4%) dan responden yang mempunyai aktifitas fisik olahraga kurang baik ≤ 8 dan kadar kolesterol ≥170mg/dl terdapat 20 (52,6%) responden. Hasil uji *Chi square* didapat nilai p value 0,854 > 0,05 yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara aktifitas fisik olahraga dengan kadar kolesterol remaja putri.

Tabel 10
Hubungan Konsumsi Fast food dengan Kadar Kolesterol pada Remaja Putri Di SMK Negeri 13 Garut Tahun 2023

Konsumsi fast food	Kadar Kolesterol				Total	OR	P-value	
	Normal (<170mg/dl)		Tidak Normal (≥170mg/dl)					
	f	%	f	%	f	%		
Jarang ≤ 20,5	16	69,6	7	30,3	23	100	7,284	0,008
Selalu > 20,5	11	33,3	22	66,7	33	100		
Total	27	48,2	29	51,8	56	100		

Berdasarkan tabel 10 dari 23 responden yang jarang mengkonsumsi *fast food* dan kadar kolesterol <170mg/dl terdapat 16 (69,6%) dan responden yang jarang mengkonsumsi *fast food* dan kadar kolesterol ≥170mg/dl terdapat 7 (30,3%) responden. Sedangkan dari 33 orang yang selalu mengkonsumsi *fast food* dan kadar kolesterol <170mg/dl terdapat 11 (33,3%) dan responden yang selalu mengkonsumsi *fast food* dan kadar kolesterol ≥170mg/dl terdapat 22 (66,7%) responden. Hasil uji *Chi square* didapat nilai p value 0,008 < 0,05 yang artinya ada hubungan yang signifikan antara konsumsi *fast food* dengan kadar kolesterol remaja putri.

Analisis statistik yang dilakukan pada data menunjukkan nilai p-value sebesar 0,004, yang mengindikasikan bahwa hasil ini memiliki signifikansi statistik yang tinggi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara status gizi remaja putri dan kadar kolesterol dalam darah mereka. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya pemantauan status gizi pada remaja putri dalam upaya pencegahan penyakit kardiovaskular di masa depan.

Pentingnya pengawasan status gizi pada remaja putri menjadi lebih terang dengan temuan ini. Dengan mengetahui bahwa remaja putri dengan status gizi yang kurang atau gemuk cenderung memiliki tingkat kolesterol yang tinggi, langkah-langkah preventif dapat diambil lebih awal.

Pendekatan pencegahan yang mencakup pemantauan gizi dan edukasi tentang kebiasaan makan yang sehat menjadi krusial dalam menanggulangi risiko penyakit kardiovaskular pada populasi remaja putri.

Selain itu, hasil penelitian ini menyoroti perlunya pendekatan yang komprehensif dalam mengatasi masalah gizi pada remaja putri. Program-program intervensi yang mencakup edukasi gizi, promosi gaya hidup sehat, serta aksesibilitas terhadap layanan kesehatan yang berkualitas menjadi penting untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga keseimbangan gizi pada masa remaja.

Komposisi makanan merupakan faktor penting dalam mengatur kadar kolesterol. Remaja dengan gizi buruk mungkin mengonsumsi makanan rendah serat dan tinggi lemak jenuh, sehingga dapat meningkatkan kadar kolesterol LDL (“jahat”) dalam darahnya. Remaja yang mengalami kelebihan gizi mungkin mengonsumsi makanan tinggi lemak jenuh dan kolesterol, yang juga dapat menyebabkan peningkatan kadar kolesterol LDL. Faktor genetik juga mungkin berperan dalam hubungan antara status gizi dan kadar kolesterol pada remaja. Beberapa orang mungkin memiliki kecenderungan genetik terhadap kolesterol tinggi, yang dapat dipengaruhi oleh pola makan dan gaya hidup. Namun pengaruh genetik ini dapat dimodifikasi melalui perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan yang sehat (Putri, A. D., & Wijaya, A. K, 2020). Oleh karena itu kondisi kekurangan gizi atau kelebihan gizi dapat mempengaruhi metabolisme lipid, aktivitas fisik, komposisi makanan, dan faktor genetik, yang pada gilirannya berkontribusi terhadap perubahan kadar kolesterol pada orang muda. Penting untuk menjaga status gizi dan menjaga pola makan serta gaya hidup sehat untuk menjaga keseimbangan lipid tubuh dan mencegah risiko penyakit kardiovaskular di kemudian hari (Sari, D. K., & Putra, A. P, 2020).

Hubungan status gizi dengan kadar kolesterol pada remaja didasarkan pada prinsip fisiologi dan metabolisme manusia. Status gizi yang kurang atau berlebihan dapat mempengaruhi metabolisme lemak dalam tubuh. Remaja dengan status gizi buruk cenderung memiliki asupan makanan yang rendah, terutama lemak sehat, sehingga dapat mempengaruhi metabolisme kolesterol. Remaja yang mengalami kelebihan gizi cenderung mengonsumsi makanan yang kaya lemak jenuh dan kolesterol sehingga dapat meningkatkan produksi kolesterol dalam tubuh. Selain itu, status gizi juga dapat mempengaruhi aktivitas fisik dan gaya hidup secara keseluruhan. Remaja dengan gizi buruk mungkin memiliki sedikit aktivitas fisik, sedangkan remaja dengan gizi lebih cenderung mengalami obesitas dan memiliki gaya hidup yang kurang aktif (Fitriani, R., & Susilowati, D., 2021).

Penelitian lain sejalan dengan menunjukkan bahwa remaja di SMA yang mengonsumsi diet rendah lemak jenuh dan tinggi serat, serta rutin berolahraga, memiliki kadar kolesterol total dan LDL yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang memiliki pola makan tidak sehat dan kurang beraktivitas fisik. Penelitian ini menginvestigasi pengaruh pola makan rendah lemak jenuh dan tinggi serat serta aktivitas fisik olahraga terhadap kadar kolesterol pada remaja di SMA. Hasilnya menegaskan bahwa kombinasi pola makan sehat dan olahraga teratur berpotensi menghasilkan profil lipid yang lebih baik (Saputri, Dwijowati Asih. dan Novitasari, Aulia., 2021).

SIMPULAN

1. Sebagian besar dari remaja putri berumur 17-20 tahun (60,7%) di SMKN 13 Garut
2. Sebagian besar dari remaja putri adalah kelas XII (35,7%) di SMKN 13 Garut
3. Sebagian besar kadar kolesterol remaja putri >130mg/dl (51,8%) di SMKN 13 Garut
4. Sebagian besar remaja putri mempunyai status gizi normal 18,5-25 (39,3%) di SMKN 13 Garut
5. Sebagian besar remaja putri mempunyai pola makan yang tidak teratur (69,9%) di SMKN 13 Garut

6. Sebagian besar remaja putri mempunyai aktifitas fisik olahraga yang tidak teratur (67,9%) di SMKN 13 Garut.
7. Sebagian besar remaja putri selalu mengkonsumsi *fasfood* (58,9%) di SMKN 13 Garut
8. Ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kadar kolesterol remaja putri di SMKN 13 Garut, dilihat dari hasil uji statistik didapatkan *p value* $0,004 < 0,05$.
9. Ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kadar kolesterol remaja putri di SMKN 13 Garut, dilihat dari hasil uji statistik didapatkan *p value* $0,027 < 0,05$.
10. Tidak ada hubungan yang signifikan antara aktifitas fisik olahraga dengan kadar kolesterol remaja putri di SMKN 13 Garut, dilihat dari hasil uji statistik didapatkan *p value* $0,540 > 0,05$.
11. Tidak ada hubungan yang signifikan antara konsumsi *fast food* dengan kadar kolesterol remaja putri di SMKN 13 Garut, dilihat dari hasil uji statistik didapatkan *p value* $0,008 < 0,05$.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifah, Y., Sunarti, S., & Prabandari, R. (2022). Efek Bunga Telang (*Clitoria ternatea L.*) terhadap Kolesterol Total, LDL, HDL Pada Tikus (*Rattus Norvegicus*). *Journal Syifa Sciences and Clinical Research*, 4(1), 18–31. <https://doi.org/10.37311/jsscr.v4i1.13493>
- Azka, S. F., Ichwanuddin, I., Rosmana, D., Fauziyah, R. N., & Sadida, H. S. (2019). Peran Yoghurt Kacang Merah dalam Menurunkan. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekes Kemenkes Bandung*, 11(1), 141–147
- Budi, A., et al. (2023). Prevalensi Kadar Kolesterol pada Remaja Putri di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 10(2), 45-56.
- Cahyani, S., & Susanto, A. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kadar Kolesterol pada Remaja Putri. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 23-34.
- Claudia, Clarasinta. (2018). Hubungan Asupan Serat Dan Indeks Masa Tubuh (Imt) Dengan Kadar Kolesterol Total Pada Mahasiswa Jurusan Biologi Universitas Lampung. *Jurnal Fakultas Kedokteran Universitas Lampung Bandar Lampung 2018*
- Desi Lestari Wulandari, (2020). Potensi Yogurt Kacang Merah terhadap Kadar Kolesterol HDL pada Remaja Obesitas. *Sport and Nutrition Journal*, Vol 2(1)
- Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak, K. K. R. I. (2022). Laporan Akuntabilitas Kinerja Instansi Pemerintah (LAKIP) Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak Tahun Anggaran 2022. 1–35.
- Fitriani, R., & Susilowati, D. (2021). Pola Makan Sehat dan Hubungannya dengan Kesehatan Jantung Remaja: Sebuah Tinjauan Sistematis. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 16(1), 45-52. DOI: 10.24198/jkma.v16i1.29510
- Hartono, B., et al. (2023). Prevalensi Kadar Kolesterol Tinggi pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Atas: Studi Kasus di Kota Bandung. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(3), 78-89.
- Kusumawardani, N., & Ardiansyah, D. (2019). Hubungan Asupan Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat, Kolesterol, dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMK Negeri 2 Singaraja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 15(2), 116-123.

Putri, A. D., & Wijaya, A. K. (2020) Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi dan Kadar Kolesterol pada Remaja Perempuan: Studi Kasus di Kota Surabaya. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 8(2). 87-94. DOI: 10.14710/jgk.8.2.87-94

Saputri, D. A., & Novitasari, A. (2021). Hubungan Pola konsumsi Dengan Kadar Kolesterol Masyarakat Di Kota Bandar Lampung. *Serambi Saintia Jurnal Sains Dan Aplikasi*, 9(1), 8–22.

Sari, D. K., & Putra, A. P. (2020). Pengaruh Aktivitas Fisik dan Status Gizi terhadap Kadar Kolesterol pada Remaja Putri di Daerah Urban. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 12(2). 105-112. DOI: 10.21009/JIK.122.1

Wahyuni, Tri. & Diansabila, Jihanita. (2020). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Kadar Kolesterol pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science*, Volu. 1 No. 2

