



























revisi dewi nur halimah.docx

Date: 2019-08-13 12:13 WIB

* All sources 100 | Internet sources 19 | Own documents 32 | Organization archive 39 | Plagiarism Prevention Pool 9

- ✓ [1]  "Ahmad Bebi Waluyo.docx" dated 2019-07-22
4.2% 29 matches
- ✓ [2]  "bab 1-6 Iklimatul Arifah.docx" dated 2019-08-05
3.3% 20 matches
- ✓ [3]  "bab 1-6 Hafidh.docx" dated 2019-08-08
2.9% 20 matches
- ✓ [4]  "BAB 1 -6 Ayuna.docx" dated 2019-08-07
3.1% 20 matches
- ✓ [5]  "bab 1-6 bella.docx" dated 2019-08-02
2.7% 17 matches
- ✓ [6]  "Bab 1-6 Bella P.D.doc" dated 2019-08-12
2.8% 17 matches
- ✓ [7]  "Bab 1-6 Ika.docx" dated 2019-08-13
2.8% 17 matches
- ✓ [8]  "Muhamad Ubet .docx" dated 2019-07-24
2.9% 17 matches
- ✓ [9]  "bab 1-6 fita.docx" dated 2019-08-05
2.8% 21 matches
- ✓ [10]  "Skripsi Bab 1-6 Muhammad Ruin.docx" dated 2019-07-29
3.0% 18 matches
- ✓ [11]  "Revisi1 Bella.docx" dated 2019-08-06
2.4% 15 matches
- ✓ [12]  "Bab 1-6 Aggy.doc" dated 2019-08-06
2.7% 18 matches
- ✓ [13]  "SKripsi Bab 1 - 6 Martha P.docx" dated 2019-08-08
2.6% 19 matches
- ✓ [14]  "SKRIPSI NOVI 1-6.docx" dated 2019-08-07
2.8% 19 matches
- ✓ [15]  "Galuh 153210058.docx" dated 2019-07-08
2.5% 17 matches
- ✓ [16]  "Revisi Galuh 153210058.docx" dated 2019-07-11
2.6% 18 matches
- ✓ [17]  "Riska Avita.docx" dated 2019-07-24
2.5% 18 matches
- ✓ [18]  "Mia Ayu REVISI.docx" dated 2019-07-24
2.3% 16 matches
- ✓ [19]  "Mia Ayu.docx" dated 2019-07-24
2.4% 15 matches
- ✓ [20]  "Anita bab 1-6.docx" dated 2019-07-17
2.4% 13 matches
- ✓ [21]  yankes.kemkes.go.id/read-tb-paru-4222.html
2.3% 11 matches
- ✓ [22]  "Frida bab 1-6.docx" dated 2019-08-02
1.9% 14 matches
- ✓ [23]  "Moh Syaiful Bahri 153210070.docx" dated 2019-07-17
2.1% 10 matches
- ✓ [24]  "aggy Revisi fix.docx" dated 2019-08-07
2.0% 15 matches
- ✓ [25]  "febby setyawan 173220202.doc" dated 2019-07-24
1.9% 14 matches
- ✓ [26]  "Yani Sumartin.docx" dated 2019-07-09

		1.8%	17 matches
✓	[27]	"Suryanti.docx" dated 2019-07-25	2.1% 12 matches
✓	[28]	"Skripsi Ana .doc" dated 2019-07-15	1.9% 16 matches
✓	[29]	"SKRIPSI Bab 1-6 Hendi.docx" dated 2019-07-29	1.9% 11 matches
✓	[30]	"BAB 1 - 6 Bayu Abib.doc" dated 2019-07-24	1.5% 13 matches
✓	[31]	"Samsul Ma'arif Bab 1-6 .doc" dated 2019-07-11	1.7% 12 matches
✓	[32]	"Bab 1-6 Magfirotulloh.docx" dated 2019-08-05	1.9% 11 matches
✓	[33]	"SURYANTI BAB 1-6.docx" dated 2019-08-13	1.8% 11 matches
✓	[34]	https://galoon-info.blogspot.com/2011/10/latar-belakang-proposal-hubungan.html	1.7% 11 matches
✓	[35]	"bayu tri wahyudi bab1-6.docx" dated 2019-07-30	1.4% 12 matches
✓	[36]	repository.unair.ac.id/29448/4/16 . BAB 4 METODE PENELITIAN.pdf	1.7% 9 matches
✓	[37]	https://munisroyan.blogspot.com/2013/07/proposal-masa-nifas.html	1.7% 9 matches
✓	[38]	"Badrus Safak.docx" dated 2019-07-26	1.3% 12 matches
✓	[39]	"SKRIPSI bab 1-4 Sopyan.docx" dated 2019-07-29	1.4% 11 matches
✓	[40]	"Skripsi bab 1-6 Aning.doc" dated 2019-07-29	1.6% 12 matches
✓	[41]	https://kesehatangilut.blogspot.com/2011/03/tingkat-pengetahuan-siswa-tentang.html	1.6% 8 matches
✓	[42]	"Deny Irmawati.docx" dated 2019-07-18	1.3% 10 matches
✓	[43]	"Rieski Dwi Maharani 153210076.docx" dated 2019-07-17	1.3% 12 matches
✓	[44]	"BAB 1-6 Lusiana.docx" dated 2019-07-23	1.1% 10 matches
✓	[45]	"BAB lengkap skripsi (Edy Supriyanto).docx" dated 2019-08-07	1.3% 8 matches
✓	[46]	"palasan baru bayu bab 1-6.docx" dated 2019-07-20	1.3% 4 matches
✓	[47]	"Bab 1-6 Hartini.docx" dated 2019-08-05	1.0% 9 matches
✓	[48]	"SKRIPSI 1-6 Wendhi.doc" dated 2019-07-29	1.1% 9 matches
✓	[49]	"Almas Revisi 1 - 6.rtf" dated 2019-07-13	0.9% 8 matches
✓	[50]	"BAB 1-6 dan daftar pustaka.docx" dated 2019-08-07	1.1% 10 matches
✓	[51]	"Bayu Herlambang 173220074.docx" dated 2019-07-04	1.1% 11 matches
✓	[52]	"bab 1-6 plagscan siap fara.rtf" dated 2019-07-24	1.1% 9 matches
✓	[53]	"SKRIPSI HADI.docx" dated 2019-08-08	1.0% 8 matches
✓	[54]	"revisi skripsi awang bab 1-6.doc" dated 2019-07-09	

<input checked="" type="checkbox"/>	[54]	0.8% 7 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[55]	"Andi Bab 1 - 6.docx" dated 2019-07-08 1.0% 4 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[56]	"SKRIPSI Zulikatul.docx" dated 2019-07-27 0.8% 7 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[57]	"bab 1-6 marlina.docx" dated 2019-08-13 0.8% 6 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[58]	"Bab 1-6 Sauqi R..docx" dated 2019-08-12 0.7% 8 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[59]	"SKRIPSI bab 1-6 Sabrina.docx" dated 2019-07-29 0.7% 8 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[60]	https://syemfr88.blogspot.com/2014/11/skripsi-diabetes-mellitus.html 1.0% 5 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[61]	"Novita.docx" dated 2019-07-17 0.7% 6 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[62]	"SKRIPSI BUDI.doc" dated 2019-07-29 0.7% 7 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[63]	"Bab 1-6 Kadek Desi.docx" dated 2019-08-06 0.6% 8 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[64]	"Bab 1-6 Nova.docx" dated 2019-08-13 0.8% 7 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[65]	"BaB 1-6 fix plagscan skripsi donny.doc" dated 2019-07-04 0.6% 5 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[66]	from a PlagScan document dated 2018-07-14 05:02 0.7% 4 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[67]	https://andamustika.blogspot.com/2012/05/contoh-skripsi-diare.html 0.7% 4 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[68]	"Silva.docx" dated 2019-07-09 0.5% 6 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[69]	"Revisi 1 Martha P.docx" dated 2019-08-12 0.7% 5 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[70]	"PLAG SCAN KTI 18-07-2019 OKTAVIANI.docx" dated 2019-07-18 0.6% 5 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[71]	"BAB 1-6 Eka Tanti.docx" dated 2019-08-13 0.6% 5 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[72]	"skripsi bu sum 1-6.docx" dated 2019-07-04 0.4% 6 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[73]	"DESI MAULIDA AMALIYA 161210007.docx" dated 2019-07-16 0.5% 5 matches ⊕ 1 documents with identical matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[75]	"BU TUTUT 1-6.docx" dated 2019-07-03 0.6% 4 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[76]	"Revisi1 Magfirotulloh.docx" dated 2019-08-06 0.6% 4 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[77]	https://forumkeperawatanandakara.blogspot.com/2012/11/makalah-kompres-hangat.html 0.6% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[78]	"Bab 1-6 Reny.doc" dated 2019-08-13 0.5% 5 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[79]	https://skripsikesehatan.blogspot.com/2011/05/gambaran-pengetahuan-ibu-tentang.html 0.6% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[80]	"Bab 1-6 Nurul Aini.doc" dated 2019-08-13 0.4% 4 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[81]	https://makalahjunkfood.blogspot.com/201...k-food-dan-fast.html 0.5% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[82]	https://perawatqonaah.blogspot.com/2013/02/skripisiproposal-sampai-bab-vi-dan.html 0.5% 3 matches

<input checked="" type="checkbox"/>	[83]	from a PlagScan document dated 2018-07-28 02:31 0.5% 4 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[84]	https://edoc.pub/bab-2-amp-3-teori-terap...terol--pdf-free.html 0.4% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[85]	digilib.unimus.ac.id/files/disk1/116/jtptunimus-gdl-debiariyan-5756-3-babiii-i.pdf 0.5% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[86]	eprints.ums.ac.id/44687/25/NASKAH_PUBLIKASI.pdf 0.5% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[87]	https://id.123dok.com/document/zlegeklq-...ka-repository-1.html 0.3% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[88]	"Sheilatur Rohmah 161210037.doc" dated 2019-07-03 0.3% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[89]	from a PlagScan document dated 2019-04-01 23:28 0.4% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[90]	from a PlagScan document dated 2018-10-15 13:58 0.4% 2 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[91]	from a PlagScan document dated 2018-08-09 02:05 0.4% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[92]	from a PlagScan document dated 2018-08-09 07:58 0.4% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[93]	https://indrawidaryanto.blogspot.com/2009/08/apakah-anda-menyukai-junk-food.html 0.4% 2 matches 1 documents with identical matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[95]	ejournal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/an/article/view/113 0.4% 2 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[96]	https://id.123dok.com/document/z1e7mjpy-...el-dan-sampling.html 0.4% 2 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[97]	https://fifilialombeng.blogspot.com/2013/07/skripsi_3337.html 0.3% 1 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[98]	"RAMLI PLASCAN BAB 1-6.doc" dated 2019-07-19 0.3% 2 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[99]	from a PlagScan document dated 2019-04-22 05:48 0.3% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[100]	from a PlagScan document dated 2019-03-27 07:36 0.3% 3 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[101]	from a PlagScan document dated 2018-03-06 09:46 0.4% 2 matches

30 pages, 5012 words

PlagLevel: 19.1% selected / 76.1% overall

243 matches from 102 sources, of which 20 are online sources.

Settings

Data policy: *Compare with web sources, Check against my documents, Check against my documents in the organization repository, Check against organization repository, Check against the Plagiarism Prevention Pool*

Sensitivity: *Medium*

Bibliography: *Consider text*

Citation detection: *Reduce PlagLevel*

Whitelist: *--*

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gaya hidup kebanyakan masyarakat di era modern sudah mengalami banyak perubahan seiring dengan perkembangan jaman termasuk dalam memilih dan mengkonsumsi makanan. Makanan yang banyak di minati salah satunya adalah makanan sampah atau biasa disebut junkfood. Junkfood di jaman sekarang sudah menjadi trend dan berkembang luas di pasaran sehingga banyak ditemukan dan digemari oleh berbagai kalangan terutama keluarga dari kalangan menengah ke atas. Keluarga dari kalangan menengah keatas telah terbiasa mengkonsumsi makanan sampah (junkfood) sebagai jajanan sehari-hari. Makanan sampah (junkfood) bukan hanya makanan seperti pizza atau hamburger yang ada di restoran cepat saji, namun makanan seperti ayam goreng maupun makanan mengandung lemak tinggi yang diolah sendiri dan di konsumsi secara berlebihan juga di sebut sebagai junkfood (Sari, 2008).

Gaya hidup tidak sehat seperti makan-makanan berlemak terlalu banyak dan kurangnya aktivitas fisik menjadi penyebab meningkatnya kolesterol total. ^[6] Kolesterol total di butuhkan oleh tubuh sebagai salah satu sumber energi yang memberikan kalori paling tinggi dan juga merupakan bahan dasar pembentukan hormone steroid. Kolesterol total dalam jumlah seimbang sangat penting bagi tubuh. Terlalu sedikit kolesterol total tidaklah sehat, sama dengan terlalu banyak (Ardiyarningsih, 2018).

^[21] Keadaan Perhatikan kebersihan makanan yang dikonsumsi. ^[21] Masalah dengan sempurna makanan yang anda masak, sebaiknya makanan disimpan dalam keadaan tertutup dan ^[21] cucilahh tangan sebelum makan. ^[21] Cukup mengkonsumsi sayuran dan buah. ^[21] Namun, hindari buah asam dan menimbulkan gas seperti : ^[21] kedondong, nanas, durian, nangka. ^[21] Konsumsi makanan yang mengandung tinggi protein (telur, susu, daging ayam, daging sapi, serta penambahan protein nabati) untuk mengganti sel-sel yang rusak. ^[21] ^[21] Diminum dalam keadaan perut kosong (berkaitan dengan makanan telah dimetabolisme kurang lebih 2 jam sesudah makan). ^[21] Tidak ada pantangan/

larangan khusus penderita kolesterolemia terhadap makanan kecuali penderita kolesterolemia yang disertai dengan penyakit lain (Seperti :^[21] Diabetes Mellitus, Penyakit hati dan lain-lain^[21]). Pada keadaan ini segera konsultasi gizi.^[21] Pada penderita TB Paru yang menyusui, ASI tetap diberikan kepada bayinya dengan memakai masker/ penutup mulut.

Kejadian hiperkolesterol atau peningkatan kadar kolesterol total tercatat sangat beragam dalam berbagai sumber seperti American Heart Association (AHA) sebanyak 6 juta anak dan 36 juta orang dewasa menderita hiperkolesterol di seluruh Amerika Serikat.^[6] Data yang diperoleh dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2013, menyebutkan bahwa sebanyak 20% serangan stroke dan 50% lebih serangan jantung diakibatkan oleh tingginya kadar kolesterol total dalam darah. Penduduk Indonesia yang berusia 15 tahun keatas dan memiliki masalah peningkatan kadar kolesterol total sebanyak 7,6% serta peningkatan proporsi kadar LDL direct (Low-Density Lipoprotein) yang tinggi sebanyak 9,0% dari jumlah keseluruhan penduduk Indonesia (Riskesdas, 2018).

Mengonsumsi makanan sampah (junkfood) secara berlebihan tanpa diimbangi dengan makanan sehat dan latihan fisik dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, seperti obesitas, diabetes, hipertensi, hiperkolesterol, pengerasan pembuluh darah, dan penyakit jantung koroner. Asupan tinggi lemak melalui junkfood dan lemak hewani menyebabkan meningkatnya kadar kolesterol total secara pesat.

Gaya hidup tidak sehat tentunya harus dihindari untuk meminimalisir angka kejadian penyakit hiperkolesterol yang semakin meningkat. Gaya hidup dalam memilih konsumsi makanan dan minuman semakin mempengaruhi kesehatan masing-masing individu, dan menyebabkan penurunan derajat kesehatan, sehingga menambah nilai minus akan pentingnya menjaga kesehatan terutama nilai gizi makanan yang di konsumsi.

Semua orang mempunyai resiko mengalami gejala kolesterolemia, seperti muntah, nyeri perut, nyeri kepala, diare, dan dehidrasi maka ada penanganan awal yang bisa dilakukan di rumah. Tergantung pada berat ringannya gejala,

kondisi ini dapat teratasi dengan hanya melakukan perawatan di rumah atau bahkan mengharuskannya mendapatkan perawatan medis. Penanganan hiperkolesterolemia di rumah mutlak diperlukan, karena pada prinsipnya semakin cepat diatasi, maka akan semakin baik hasilnya.

Pada prinsipnya kasus kolesterolemia yang ringan dengan gejala yang tidak parah, umumnya tidak memerlukan tindakan medis khusus. Kasus seperti ini akan sembuh dengan sendirinya dalam beberapa hari. Lain halnya jika korbannya adalah anak-anak dan lansia. Mereka lebih rentan mengalami dehidrasi sehingga mengharuskannya dibawa ke rumah sakit dan diberikan cairan infus untuk menggantikan. Pada kasus kolesterolemia yang parah dengan gejala berat, seperti yang disebabkan oleh bakteri listeria, pemberian antibiotik mungkin diperlukan. Namun untuk kasus yang ringan umumnya tidak diperlukan, kecuali untuk mereka yang memiliki sistem kekebalan tubuh lemah atau dalam masa kehamilan.

[26]▶

1.2 Rumusan masalah

Apakah ada hubungan kebiasaan konsumsi junkfood dengan kadar kolesterol total pada penderita diabetes mellitus tipe 2?

1.3 Tujuan masalah

1.3.1 Tujuan umum

Menganalisis hubungan kebiasaan konsumsi junkfood dengan kadar kolesterol total pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Desa Candimulyo Jombang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi kadar kolesterol total pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Desa Candimulyo Jombang.

[2 6] ▶
2. Menganalisis hubungan kebiasaan konsumsi junkfood dengan kadar kolesterol total pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Desa Candimulyo Jombang

[2]▶

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1^[29]▶ Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi masyarakat umum, keilmuan medikal bedah, dan referensi bagi peneliti selanjutnya tentang bahaya konsumsi junkfood yang berlebihan untuk kesehatan terutama pada peningkatan kadar kolesterol total.

1.4.2^[7]▶ Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menjadi bahan pertimbangan bagi masyarakat luas mengenai dampak dari konsumsi junkfood secara berlebihan dan untuk meminimalisir angka kejadian peningkatan kadar kolesterol total. Acuan untuk meningkatkan derajat kesehatan dan tolak ukur budaya konsumtif makanan junkfood yang kurang sehat.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Dasar Kolesterol

2.1.1 Pengertian kolesterol

Kolesterol penting untuk pembentuk lemak dalam pembentukan dinding di dalam sel (membran sel), memproduksi hormone seks. (Mumpuni & Wulandari, 2011). Kolesterol merupakan zat lemak di buat dan di produksi di dalam hati. Kadar kolesterol akan semakin meningkatkan resiko terjadinya penyakit arteri koroner (Stoppard, 2010). Kolesterol merupakan senyawa kompleks yang mempunyai fungsi penting bagi tubuh jika masih dalam batas normal yang dibutuhkan oleh tubuh, namun jika melebihi batas di dalam aliran darah akan berbahaya bagi tubuh (Sihotang, 2014).

2.1.2 Klasifikasi kolesterol

1. Jenis kolesterol

1) Low-Density Lipoprotein (LDL)

Disebut dengan plakak kolesterol. Plakat kolesterol ini seiring berjalannya waktu akan menempel pada dinding pembuluh dara arteri dan menyebabkan penyumbatan.

2) High-Density Lipoprotein (HDL)

HDL berfungsi mengangkut LDL dalam jaringan perifer ke hepar untuk memberihkan di dalam pembuluh darah dan di keluarkan melalui saluran empedu (Susanto, 2010).

3) Intermediate-Density Lipoprotein (IDL)

IDL merupakan produk dari lipoprotein dan akan sangat rendah jika mengalami kerusakan. IDL yang mengalami perpecahan lebih lanjut akan menghasilkan partikel LDL (Wahyuningsih, 2015).

4) Very Low-Density Lipoprotein (VLDL)

VLDL merupakan jenis kolesterol yang paling ringan dan mengalami perubahan bentuk menjadi LDL (Wahyuningsih, 2015).

2. Kadar kolesterol

[2 6] ▶

- a. Dikatakan normal jika nilai kurang dari 200 mg/dl
- b. Dikatakan cukup jika nilai 200 sampai 239 mg/dl
- c. Dikatakan tinggi jika nilai lebih dari 239 mg/dl

Sumber : National of health (Mumpuni&Wulandari, 2011)

2.1.3 Faktor pengendali kadar kolesterol

1. Faktor Genetik

Penelitian yang dilakukan para ahli menunjukkan bahwa faktor genetik yang diturunkan dapat mempengaruhi kadar kolesterol LDL dan HDL Seseorang dengan hiperkolesterol tidak memiliki gen untuk membentuk reseptor LDL, sehingga LDL tidak dapat di serap di dalam darah dan menyebabkan peningkatan jumlah kadar LDL (Isnaini, 2017).

[6] ▶

2. Faktor Usia

Usia yang semakin bertambah menyebabkan penurunan fungsi reseptor ADL yang berkaitan dengan kerja metabolisme sehingga menyebabkan peningkatan kadar kolesterol total dalam tubuh. (Isnaini, 2017).

3. Kurang pengetahuan

Tingkat pengetahuan seseorang mengambil peranan penting dalam cara pencegahan ataupun pengendalian kolesterol total.(Isnaini, 2017).

4. Obesitas

Penderita obesitas yang terbiasa mengkonsumsi makanan tinggi kalori dan berlemak. Lemak yang tertimbun dapat menyebabkan di dalam tubuh penyumbatan pada pembuluh darah dan menjadi penyebab dari berbagai penyakit seperti tekanan darah tinggi, jantung, dan stroke (Isnaini, 2017)

2.1.4 Manifestasi klinis

Tanda dan gejala kolesterol biasanya tidak akan nampak sampai dilakukan pengecekan. Namun, lemak jenuh yang menumpuk akan membentuk xantoma yang tumbuh di dalam tendon dan di dalam kulit. Oleh

karena itu diperlukan pengecekan kadar kolesterol untuk mengetahui adanya peningkatan kadar kolesterol atau tidak.

2.1.5 Cara mengukur kadar kolesterol

Pengukuran kadar kolesterol dapat dilakukan secara mandiri dengan menggunakan kolesterol meter ataupun pengecekan yang dilakukan di laboratorium.



Gambar 2.1 Alat ukur kolesterol

2.2 Konsep *Junkfood*

2.2.1 Definisi *junkfood*

Junkfood atau makanan cepat saji adalah makanan yang umumnya mengandung banyak gula, garam, jumlah lemak yang besar dan hanya memiliki nilai gizi yang sedikit. Junkfood merupakan semua makanan yang dikonsumsi namun tidak memberikan manfaat apapun bagi tubuh, bisa juga makanan yang sebenarnya sehat tetapi dikonsumsi secara berlebihan. Makanan yang lebih mengutamakan cita rasa dibanding kandungan gizi yang secara garis besar makanan dengan kandungan nutrisi terbatas.

^[81] Makanan yang mudah ditemui dan dikategorikan dalam jenis junkfood adalah kripik kentang yang banyak mengandung garam, permen, semua dessert manis, fast food yang digoreng, dan minuman berkarbonasi yang banyak mengandung gula (Kustin, 2018).

Junkfood kerap dikenal sebagai makanan tidak sehat (makanan sampah), mengandung zat aditif, tinggi kalori dan rendah nutrisi, rendah vitamin dan mineral sehingga dapat memicu berbagai macam penyakit berbahaya. (Kustin, 2018).

2.2.2 Jenis dan kandungan Junkfood

Jenis dan kandungan junkfood menurut Kustin tahun 2018, yaitu :

1. Jenis makanan junkfood yang sering kita jumpai antara lain, yaitu :
 - a. Makanan berpengawet seperti mie instan dan makanan kalengan yang hampir dipastikan membahayakan karena zat pengawetnya.
 - b. Makanan yang mengandung MSG dan kadar garam yang tinggi seperti makanan-makanan ringan dalam kemasan, maupun masakan yang mengandung banyak micin. Makanan seperti ini memang cocok dan sangat enak untuk dijadikan cemilan, namun memiliki efek yang buruk bagi tubuh dalam jangka panjang maupun jangka pendek.
 - c. Makanan yang mengandung lemak tinggi seperti daging dalam burger, gorengan, kulit ayam, jeroan, fried chicken, nasi goreng atau masakan yang menggunakan minyak dan santan terlalu banyak.
 - d. Minuman bersoda.
 - e. Olahan keju seperti pizza yang mengandung keju di dalamnya, cream cheese, maupun cheese cake.
 - f. Makanan manis beku contohnya seperti ice cream dan cake beku karena banyak mengandung mentega dan pemanis tinggi. Selain karena rasa manis juga temperature dingin yang mempengaruhi usus.
2. Kandungan bahan yang terdapat di dalam junkfood antara lain, yaitu :
 - a. Sodium yang merupakan bagian dari garam dan banyak ditemukan pada makanan seperti kentang goreng, ayam goreng, burger keju, dan pizza. Sodium dalam batas aman tidak boleh lebih dari 500 mg jumlahnya di dalam tubuh atau sekitar seperempat sendok teh. Sodium yang dikonsumsi terlalu banyak dapat menyebabkan aliran darah meningkat dan tekanan darah tinggi.

[8 1] ▶
 b. Lemak jenuh yang dikonsumsi secara berlebihan berbahaya bagi tubuh karena zat ini merangsang hati dan memproduksi banyak kolesterol.

c. Gula terutama pemanis buatan yang dapat menyebabkan penyakit diabetes, padahal tubuh hanya membutuhkan 4 gram gula atau setara dengan satu sendok teh per hari.

2.2.3 Pengukuran konsumsi *Junkfood*

Cara untuk mengetahui kebiasaan atau pola konsumsi junkfood dari individu, maka metode yang bisa digunakan adalah metode food recall 24 jam atau metode frekuensi makan (food frequency), dan metode laboratorium (Supariasa, dkk. 2012).

[4 9] ▶
 a. Metode food recall 24 jam

Metode food recall di lakukan dengan mencatat jenis makanan dan jumlahnya di 24 jam terakhir dengan menggunakan kuesioner terstruktur.

Urutan waktu makan sehari dapat di susun dengan menggunakan kriteria waktu makan pagi, siang, malam, dan snack serta jajanan. Pengelompokan bahan makanan bisa menggunakan sumber makanan pokok, protein nabati, dan hewani.

b. Metode frekuensi makanan (Food frequency)

Metode frekuensi makanan adalah metode untuk mengetahui jumlah frekuensi bahan makanan dalam periode tertentu seperti per tahun, bulan, minggu, atau hari. Kuisisioner frekuensi makanan memuat tentang daftar bahan makanan atau makanan jadi.

Klasifikasi untuk kebiasaan konsumsi junkfood adalah :

1. 1x/ hari sampai $\geq 4x$ /minggu = sering
2. $\leq 3x$ /minggu sampai = jarang
3. 0x/minggu = Tidak pernah

2.2.4 Penyebab kebiasaan konsumsi *junkfood*

1. Kebiasaan makan dan penyediaan makanan di keluarga

Kebiasaan makan makanan *junkfood* di rumah bisa dari ketersediaan makanan yang ada di rumah. Ide masakan yang telah disiapkan oleh ibu atau disediakan di rumah berasal dari televisi, pengalaman dari teman ataupun keluarga, dan majalah (Surjadi, 2013).

2. Mobilitas

Mobilitas merupakan kemampuan individu untuk bergerak secara bebas dan mudah.^[83] Mobilitas merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi seseorang dalam pemilihan makanannya dan semakin tinggi mobilitas seseorang, maka semakin tinggi tingkat ketergantungan seseorang dengan makanan *junkfood* (Kustin, 2018).

3. Tempat tinggal

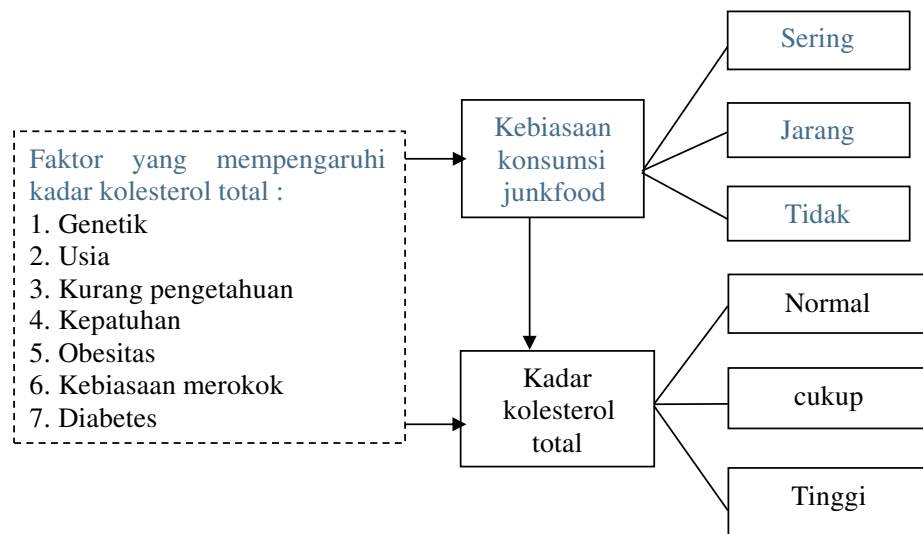
Perbedaan tempat tinggal juga mempengaruhi pemilihan makanan, misalnya seperti di daerah pedesaan yang lebih sedikit terpapar *junkfood* dibandingkan dengan perkotaan yang notabene pengonsumsi *junkfood*. Penduduk daerah perkotaan lebih terbiasa dengan makanan *junkfood* karena letak geografis yang berkontribusi terhadap biaya dan ketersediaan pangan (Kustin, 2018).

[1]►

BAB 3

KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS

[91]▶
3.1 Kerangka Konsep



Keterangan :

- : Variabel yang diteliti
 : Variabel yang tidak diteliti
 : Mempengaruhi

Gambar 3.1^[6]▶ Kerangka konseptual hubungan kebiasaan konsumsi junkfood dengan kadar kolesterol total pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Desa Candimulyo Jombang

3.1.1 Keterangan kerangka konseptual

Informasi pangan / media, kebiasaan makan dan penyediaan makanan di keluarga, mobilitas, serta tempat tinggal yang menjadi faktor penyebab seseorang mengkonsumsi makanan jenis junkfood mempengaruhi kebiasaan konsumsi junkfood seseorang dengan kebiasaan sering, jarang, ataupun tidak pernah.

BAB 4 METODE PENELITIAN

Rancangan masalah yang digunakan sebagai petunjuk penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian dan mencapai tujuan (Nursalam, 2011).

4.1 Jenis penelitian

Metode penelitian analitik adalah metode yang digunakan untuk mengetahui hubungan sebab akibat antara dua variabel. (Notoatmojo, 2010).

^[5]▶ Penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional.

^[20]▶ 4.2 Rancangan penelitian

Rancangan penelitian merupakan hal penting dalam penelitian, memungkinkan pengendalian beberapa faktor yang dapat mempengaruhi akurasi suatu hasil.^[15]▶ Rancangan juga dapat digunakan peneliti sebagai petunjuk dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian untuk mencapai suatu tujuan atau menjawab suatu pertanyaan penelitian (Nursalam, 2011).

^[2]▶ 4.3 Waktu dan Tempat Penelitian

^[20]▶ 4.3.1 Waktu penelitian

Penelitian ini dimulai pada bulan Maret 2019 penyusunan proposal sampai dengan penyusunan laporan akhir Mei 2019.^[5]▶ Penelitian ini dilakukan di Desa Candimulyo Jombang.

^[49]▶ 4.4 Populasi, Sampel, Sampling

^[10]▶ 4.4.1 Populasi

Populasi dalam penelitian adalah subjek (mislnya manusia; ^[1]▶ klien) yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2016).^[35]▶ Populasi dalam penelitian ini adalah semua orang dengan diabetes milietus tipe 2 yang kooperatif sejumlah 135 pasien di Desa Candimulyo Jombang.

^[20]▶ 4.4.2 Sampel

Sampel terdiri atas bagian populasi terjangkau yang dapat dipengaruhi sebagai subjek penelitian melalui sampling.^[31]▶ Sampling adalah

proses menyeleksi porsi dari populasi yang dapat mewakili populasi yang ada (Nursalam, 2016)^[27]. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian pasien dengan diabetes mellitus tipe 2.

Penentuan besar sampel Menurut (Nursalam, 2016):

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2}$$

Keterangan :

^[11] n = Besar sampel

N = Besar populasi

d = tingkat signifikansi (p = 0,05)

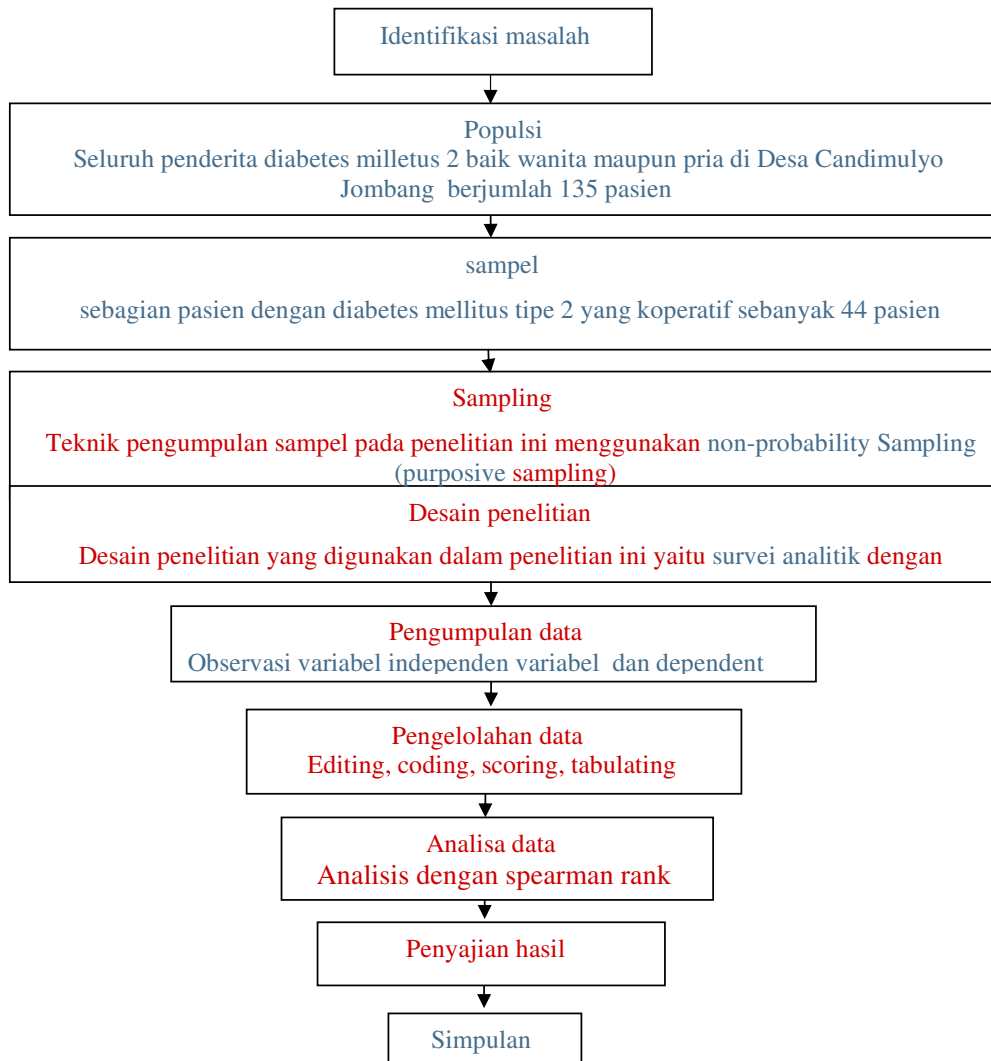
$$\begin{aligned} &= \frac{135}{1 + 135(0,05)^2} \\ &= \frac{135}{1 + 135(0,0025)} \\ &= \frac{135}{1 + 0,34} \\ &= \frac{135}{1,34} \\ &= 100 \end{aligned}$$

Jadi, jumlah sampel yang di teliti dalam penelitian ini sebanyak 100 pasien dengan diabetes mellitus tipe 2.

4.4.3 Sampling

Pemilihan Simple random sampling.^[35] Untuk mencapai sampling ini, setiap elemen diseleksi secara acak. Menggunakan metode seperti meletakkan nama di dalam kotak dan mengambilnya secara acak.

[12]►
4.5 Kerangka Kerja



Gambar 4.1 [5]► Kerangka kerja hubungan kebiasaan konsumsi junkfood dengan kadar kolesterol pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Desa candimulyo Jombang. [2]►

^[31]▶
4.6 Identifikasi Variabel

Variabel adalah perilaku atau karakteristik yang memberikan nilai beda terhadap sesuatu (benda, manusia, dan lain-lain) (Nursalam, 2011).

^[4]▶
4.6.1 Variabel independent

Variabel yang memengaruhi atau nilainya menentukan variabel lain. ^[8]▶ Suatu kegiatan stimulus yang dimanipulasi oleh peneliti dan menciptakan suatu dampak pada variabel dependent. ^[36]▶ Variabel bebas biasanya dimanipulasi, diamati, dan diukur untuk diketahui hubungannya atau pengaruhnya terhadap variabel lain (Nursalam, 2016). ^[13]▶ Variable independent pada penelitian ini adalah kebiasaan konsumsi junkfood.

^[36]▶
4.6.2 Variabel dependent

Variabel yang dipengaruhi nilainya ditentukan oleh variabel lain. ^[36]▶ Variabel respond akan muncul sebagai akibat dari manipulasi variabel-variabel lain (Nursalam 2016). ^[26]▶ Variabel dependent dalam penelitian ini adalah kadar kolesterol total pada penderita diabetes milletus tipe 2.

^[14]▶
4.7 Definisi operasional

Definisi operasional adalah definisi berdasarkan karakteristik yang diamati dari sesuatu yang didefinisikan tersebut. ^[20]▶ Karakteristik yang dapat diamati (diukur) itulah yang merupakan kunci difinisi oprasional (Nursalam, 2016).

Tabel 4.1^[5]▶ Definisi Operasional hubungan kebiasaan konsumsi junkfood dengan kadar kolesterol pada penderita **diabetes mellitus tipe 2** di **Desa candimulyo** Jombang.
[9]▶

Variabel	Definisi operasional	Parameter	Alat ukur	Skala	Skor/kreteria
Variabel independen: Kebiasaan konsumsi junkfood	Kebiasaan konsumsi Junkfood kebiasaan memakan segala makanan yang tinggi kalori,garam, dan gula namun rendah atau bahkan tidak memiliki kandungan gizi.	Metode food frequency	Kuisinoner	Ordinal	1. Sering= Mengkonsumsi makanan jenis junkfood 1x/hari sampai $\geq 4x$ /minggu. 2. Jarang= Mengkonsumsi makananan jenis junkfood $\leq 3x$ /minggu 3. Tidak pernah= Mengkonsumsi makanan jenis junkfood 0/hari Score : 1. 2 = Sering 2. 1 = Jarang 3. 0 = Tidak pernah
Variabel dependen: ^[7] ▶ Kadar kolesterol total	Kadar kolesterol total adalah Kolesterol merupakan suatu zat lemak yang di	Kadar kolesterol total	Lembar observasi	Ordinal	1. Normal = 200 mg/dl 2. Cukup = 200-239 mg/dl 3. ^[6] ▶ Tinggi =

	buat di dalam hati dan berasal dari makanan yang mengandung lemak jenuh				200-239 mg/dl Score : 1. 2 = Tinggi 2. 1 = Cukup 3. 0 = Normal
--	--	--	--	--	---

4.8 Pengumpulan data

a. Instrumen penelitian

Data yang diperoleh dari proses pengumpulan data selanjutnya dihimpun, ditata, dan dianalisis untuk akhirnya menjadi informasi yang dapat menjelaskan suatu fenomena atau keterkaitan antara fenomena. Secara garis besar teknik pengumpulan data dapat dibedakan menjadi dua, yaitu teknik tes dan nontes (Kutmojojo, 2009). Instrumen yang digunakan dalam penelitian pada kebiasaan konsumsi junkfood adalah koesioner. ^[3] Sedangkan pada variabel dependen atau kadar lemak jenuh pada penderita diabetes mellitus tipe 2 menggunakan alat ukur lembar observasi lemak jenuh total.

4.8.2 Prosedur penelitian

Hal-hal berikut yang diperhatikan dalam mengumpulkan data yaitu :

1. Mengurus perijinan penelitian pada institusi Kepeawatan STIKES ICME Jombang.
2. Mengurus perijinan penelitian pada kepala puskesmas di Jelakomboo [5 8] ▶
3. Memberikan penjelasan pada calon responden untuk bersedia menjadi responden. Bila sepakat responden dipesilahkan menandatangani lembar persetujuan menjadi respondend.
4. Memberikan pertanyaan kemudian penilaian oleh peneliti.
5. Mengumpulkan hasil observasi kemudian mengelola data tersebut.
6. Setelah terkumpul maka dilakukan pengolahan data, coding, dan tabulasi data menggunakan data table distribusih frekuensi maupun tabulasi silang yang dikonfirmasi dalam bentuk presentasi dan narasi.

4.9 Pengelolahan data

Menurut Notoadmodjo (2010) langkah-langkah pengumpulan data:

1. Editing

Editing yaitu mengecek hasil observasi, kekurangan atau kebenaran pengisian instrument.

2. Coding

Ini membantu menilai dan melihat variabel secara tepat (Sulistyaningsih, 2011).

^[2]▶
1. Kode responden

Responden 1 : R1

Responden 2 : R2

Responden 3 : R3

Dan seterusnya.

2. Usia responden

Umur 30-35 tahun : U1

Umur 36-50 tahun : U2

3. Jenis Kelamin

Laki-laki : J1

Wanita : J2

4. Pendidikan terakhir

Tidak sekolah : P1

SD : P2

SMP : P3

SMA : P4

PTN/PTS : P5

5. Status Pernikahan

Menikah : S1

Janda : S2

Duda : S3

3. Tabulating

Tabulating adalah mengumpulkan data-data yang sudah terkumpul, yaitu sesuai dengan variabel yang ditentukan ke dalam tabel penelitian (Nursalam, 2016).

4.9.1 Analisa data

1. Analisa univariat

Univariate untuk menjelaskan dan mendeskripsikan karakteristik semua variabel penelitian.^[8] Data numerik digunakan nilai mean atau rata-rata, median dan standar deviasi (Notoadmodjo, 2010).^[18] Analisis univariat untuk mesamakan distribusi dan presentasi dari variable, data usia, pendidikan, pernikahan, sumber informasi.

2. Analisis bivariate

Analisis bivariate diterapkan pada dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoadmodjo, 2010

a. Bila $p < 0,05$ maka ada hubungan kebiasaan konsumsi junkfood dengan kadar kolesterol total pada penderita diabetes mellitus tipe 2.

b. Bila $p > 0,05$ maka tidak ada hubungan kebiasaan konsumsi junkfood dengan kadar kolesterol total pada penderita diabetes mellitus tipe 2.

4.10 Etika penelitian

Pada pelaksanaan penelitian, peneliti seharusnya meminta permohonan kepada kepala institusi Stikes Insan Cendikia Medika Jombang prodi S1 Keperawatan untuk mendapatkan persetujuan, peneliti ini melakukan observasi terstruktur menggunakan observasi yang diberikan kepada responden dengan melihat etika dalam penelitian.

Menurut Hidayat (2012) etika dalam penelitian antara lain :

1. Anonymity (tampa nama)

Salah satu cara menjamin kerahasiaan responden, peneliti tidak menyantumkan nama.

2. Confidentiality (kerahasiaan)

Peneliti memberikan jaminan kerahasiaan dari penelitian.

3. Informed consent

Subjek harus mendapatkan informasi secara lengkap tentang tujuan penelitiannya yang akan dilaksanakan, mempunyai hak untuk bebas berpartisipasi atau menolak menjadi responden.

4.11 Keterbatasan penelitian

Kendala yang ditemui adalah ketika melakukan penelitian responden tidak dianjurkan untuk puasa sebelum pengecekan yang mungkin akan mempengaruhi hasil, karena keterbatasan waktu penelitian dan posyandu yang diadakan di desa.^[10] Kendala dalam biaya juga sangat berpengaruh dalam penelitian ini, mengingat harga alat ukur kolesterol sangat mahal, sehingga ada beberapa responden yang menggunakan alat ukur yang di sediakan oleh bidan desa.

[22] ▶

BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan menguraikan tentang hasil penelitian yang sudah dilaksanakan oleh peneliti di Desa Candimulyo Jombang pada tanggal 25 July sampai 26 July 2019 dengan jumlah responden 44 orang.^[2] Hasil penelitian ini, yaitu terdapat data umum dan data khusus.^[22] Data umum yang terdiri dari karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin pria dan wanita, status pernikahannya saat ini, pendidikan terakhir yang ditempuh. Data khususnya terdiri dari kebiasaan konsumsi junkfood dengan kadar lemak jenuh pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Desa Candimulyo Jombang.

5.1^[1] Hasil Penelitian

5.1.1^[1] Gambaran Umum Tempat Penelitian

Di Desa Candimulyo Jombang terdapat 1 puskesmas dan 1 posyandu kesehatan desa (poskesdes) dengan jumlah 2 bidan. Di Desa Candimulyo terdapat 16 warung dan banyak warung-warung kecil yang menjual makanan-makanan instan serta 1 penjual makanan fastfood. Rumah kader terletak di gang dekat kampus STIKES ICMe. Di ujung jalan terdapat warung yang menjual makanan khusus seperti jeroan dan gorengan-gorengan yang mempunyai nilai gizi rendah namun kaya akan lemak jenuh. Dan beberapa toko kecil yang menjual makanan-makanan instan.

5.1.2 Data Umum

Berdasarkan usia, jenis kelamin pria dan wanita, agama Islam, status pernikahan saat ini, pendidikan terakhir.

1. Karakteristik responden menurut usia

Karakteristik responden menurut usia digolongkan menjadi dua jenis yang bisa dilihat dalam ulasan tabel 5.1 berikut :

Tabel 5.1^[1] Karakteristik responden ditinjau berdasarkan usia di Desa Candimulyo Jombang

No	Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	30-35 thn	6	13.6
2	36-50 thn	38	86.4
		44	100

Sumber: Data Primer (2019)

2. Karakteristik responden menurut jenis kelamin

Karakteristik responden menurut jenis kelamin digolongkan menjadi dua macam yaitu pria dan wanita. Bisa dilihat dalam ulasan tabel 5.2 berikut.

Tabel 5.2 karakteristik responden ditinjau dari jenis kelamin di Desa Candimulyo Jombang

No	Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Pria	28	63.6
2.	Wanita	16	36.4
	Total	44	100

3. Tabel 5.3 karakteristik responden berdasarkan pendidikan terakhir di Desa Candimulyo Jombang

No	Pendidikan Terakhir	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Tidak sekolah	0	0
2.	Sekolah Dasar	32	72.7
3.	Sekolah Menengah Pertama	6	13.6
4.	Sekolah Menengah Atas	6	13.6
5	Perguruan Tinggi	0	0
	Total	44	100

4. Karakteristik responden berdasarkan status pernikahan

Karakteristik responden berdasarkan status pernikahan dibedakan menjadi 3, yaitu :

Tabel 5.4 karakteristik responden ditinjau berdasarkan status pernikahan di Desa Candimulyo Jombang.^{[1]▶}

No	Status Pernikahan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Menikah	32	72.7
2.	Janda	7	15.9
3.	Duda	5	11.4 ^{[10]▶}
	Total	44	100

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa status pernikahan sebagian besar responden di Desa Candimulyo Jombang adalah menikah sebanyak 32 (72.7%) responden.

5.1.3 Data Khusus

1) Kebiasaan konsumsi junkfood responden selama satu minggu terakhir

Tabel 5.6 Kebiasaan konsumsi junkfood responden selama satu minggu terakhir

No. ^[11]	Kadar Kolesterol Total	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Sering	30	68.2
2.	Jarang	10	22.7
3.	Tidak pernah	4	9.1
	Total	44	100

Sumber : Data Primer (2019)

Menurut tabel 5.6 menunjukkan bahwa rata-rata kebiasaan konsumsi junkfood responden di Desa Candimulyo adalah sering sebanyak 30 (68,2%) responden.

^{[1]▶}

2) Kadar kolesterol total

No.	Kadar Kolesterol Total	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Tinggi 200 mg/dl	33	75.0
2.	Normal 200-239 mg/dl	11	25.0
3. ^{[1]▶}	Rendah 160 mg/dl	0	0
	Total	44	100

Sumber : Data Primer (2019)

3) Tabulasi silang hubungan kebiasaan konsumsi junkfood dengan lemak jenuh pada penderita diabetes mellitus tipe 2

Tabel 5.8^[6] Tabulasi silang kebiasaan konsumsi junkfood dengan kadar kolesterol total pada responden di Desa Candimulyo Jombang

		Kadar kolesterol total Setelah Terapi Bekam		Total
		Cukup/normal	Tinggi	
Kebiasaan konsumsi junkfood	Jarang	7	3	10
	Sering	3	27	30
	Tidak pernah	1	3	4
Total		11	33	44
Hasil Spearman rank $P=.002$				

Berdasarkan tabel 5.6 menunjukkan bahwa rata-rata dari responden sering mengkonsumsi makanan jenis junk food dalam satu minggu terakhir sebanyak 30 responden (68.2 %) dan kadar kolesterol total pada respon rata rata memiliki nilai tinggi diatas 200 mg/dl sebanyak 75.0%. Berdasarkan tabel 5.8 hasil uji Spearman rank dihasilkan nilai $\rho = .002$, H_1 diterima. Berarti ada hubungan kebiasaan konsumsi junkfood dengan kadar kolesterol pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Desa Candimulyo Jombang.

5.2 Pembahasan

5.2.1 Kebiasaan konsumsi junkfood penderita diabetes mellitus tipe 2

Berdasarkan tabel 5.6 diketahui rata-rata dari responden sering mengkonsumsi makanan jenis junkfood dalam satu minggu terakhir sebanyak 30 responden (68.2 %). Salah satu faktor penyebab tingginya kebiasaan konsumsi junkfood adalah faktor lingkungan yang mendukung dan mudah untuk mendapatkannya. Berdasarkan uraian tempat penelitian sendiri yaitu Desa Candimulyo terdapat 16 penjual makanan yang termasuk di dalamnya junkfood dan 1 penjual makanan cepat saji. Responden dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 28 (63.6%) orang. Menurut peneliti hampir separuh dari responden mempunyai kebiasaan mengkonsumsi junkfood karena mudah di dapatkan saat berada di warung-warung kopi yang menyediakan beberapa gorengan dan olahan jeroan, berdasarkan pernyataan dari sebagian responden.

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan sebanyak 32 (72.7%)^[1] responden dengan **states pendidikan terakhir adalah sekolah dasar (SD)**. Menurut peneliti tingkat pendidikan dan pengetahuan mempengaruhi kebiasaan atau gaya hidup seseorang dalam menentukan yang baik atau tidak untuk kesehatannya. Tabel 5.4 menunjukkan bahwa terdapat 5 (11.4%) responden berstatus pernikahan duda, peneliti menyimpulkan bahwa status pernikahan tidak mempunyai kaitan yang berarti dengan kebiasaan konsumsi junkfood.

5.2.2 Peneliti menyimpulkan bahwa tingginya kadar kolesterol pada responden diakibatkan salah satu faktor seringnya mengkonsumsi makanan junkfood. Penuturan dari beberapa responden makanan jenis junkfood yang sering di konsumsi adalah gorengan yang di jual di warung-warung seperti kentang goreng, mie instan, jeroan dan minuman-minuman mengandung soda.

Secara umum, jeroan sangat banyak mengandung karbohidrat, lemak, vitamin, protein, dan mineral. Vitamin utama yang terkandung adalah B kompleks, terutama B12 dan asam folat, Selain itu ada vitamin A. mineral yang terkandung adalah zat besi, kalium, magnesium, fosfor dan seng. Meskipun dianggap sebagai junkfood,

nilai protein jeroan tidak kalah dengan daging sapi maupun daging kambing. Protein sangat dibutuhkan manusia mengganti sel-sel yang rusak. Jeroan merupakan salah satu sumber utama lemak pada makanan yang mengandung kolesterol tinggi. Dari beberapa jeroan yang paling mengandung banyak kolesterol, yaitu usus, hati, dan otak, karena makanan tersebut dapat menyebabkan penumpukan pada pembuluh darah yang menyebabkan pengerasan dinding pembuluh darah. Sehingga menyebabkan aliran darah tersumbat dan memicu terjadinya jantung koroner (Mumpuni, 2011).

5.2.3 Hubungan kebiasaan konsumsi junkfood dengan kadar kolesterol

Hasil uji Spearman rank dihasilkan nilai $\rho = .002$ yang berarti nilainya lebih kecil dari alpha (0,05), jadi bisa ditarik kesimpulan H_1 diterima. Berarti ada hubungan kebiasaan konsumsi junkfood dengan kadar kolesterol pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Desa Candimulyo Jombang. Diketahui kadar kolesterol total pada responden rata-rata memiliki nilai tinggi di atas 200 mg/dl sebanyak 33 responden (75.0%) dengan kebiasaan konsumsi junkfood sering dengan jumlah sebanyak 30 responden yang dapat dilihat di tabel 5.6. Peneliti menyimpulkan kebiasaan mengkonsumsi junkfood mempunyai hubungan dengan kadar kolesterol total karena kandungan lemak jenuh yang terdapat dalam makanan olahan junkfood selain itu kurangnya pengetahuan dari beberapa responden akan pentingnya makanan yang sehat dan rendah lemak (Sari, 2008).

[30] ▶

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

Hubungan kebiasaan konsumsi junkfood dengan kadar koletserol total pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Desa Candimulyo Jombang.

6.1 Kesimpulan

1. Kebiasaan konsumsi junkfood sebagian responden dengandiabetes mellitus tipe 2 di Desa Candimulyo rata-rata sering.
2. Kadar lemak jenuh sebagian responden rata-rata tinggi lebih dari 200 mg/dl.
3. Kebiasaan konsumsi junkfood yang berlebihan berhubungan dengan kadar lemak jenuh pada sebagian responde diabetes mellitus tipe 2.

6.2 Saran

1. Bagi lansia di Desa Candimulyo Jombang

Hasil penelitian ini diharap kann mampu menambah pengetahuan masyarakat sekitar terutama penderita diabetess mellitus tipe 2 mengenai dampak yang dtimbulkan dari kebiasaan konsumsi junkfood dan mengkonsumis makanan rndah nilai gizi namun tinggi akan lemak, serta kurangnya aktivitas fisik yang memadai

2. Bagi pihak kesehatan di Desa Candi Mulyo Jombang

Pihak kesehatan diharapkan menjadikan kebiasaan konsumsi junkfood sebagai salah satu kebiasaan yang perlu diberikan penyuluhan serta pengarahan kepada masyarakat Desa Candimulyo Jombang.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitiann ini diharap kann bisa menjadi acuann untuk penelitiann selanjutnyaa dengann variable terikat yang lebis spesifik seperti penilaian terhadap peningkatan HDL maupun LDL serta pada rentan umur yang lebih muda.

DAFTAR PUSTAKA

- Akidatul Isnaini (2017) 'pengaruh pemberian jus lidah buaya (aloe vera) terhadap penurunan kolesterol total pada lansia'
- Allo, Barre.dkk.. 'Hubungan Antara Pengetahuan dan Kebiasaan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Gizi Lebih pada Siswa SDN Sudirman I Makassar'. *Jurnal Kesehatan* 2013
- Angki Anggraeni (2014) 'Hubungan pola konsumsi makanan jajanan dengan status gizi dan kadar kolesterol pada anak sekolah dasar negeri ikip i Makassar tahun 2014'
- Rahayu Anggraini (2018) 'Korelasi kadar kolesterol dengan kejadian Diabetes mellitus tipe 2 pada laki-laki tahun 2014'
- Budi Setiawan, S. T. W. and Inayatun Sholikhah (2017) 'Analisis Kadar Trigliserida Pada Mahasiswa Pengonsumsi Junk Food Di Institusi Pendidikan X Di Kota Yogyakarta Tahun 2016 Budi', *KAKESMADA*, 1, pp. 978-979.
- Kurniasari, R. (2014) 'Hubungan Asupan Karbohidrat, Lemak, dan Serat dengan Kadar Glukosa dan Trigliserida Darah Pada Pasien DM Tipe II Rawat Inap Di RSUP H.Adam Malik Medan', *Wahana Inovasi*, 3(1), pp. 1-5.
- Kustin, K. (2019) 'Perbedaan Pola Konsumsi Junk Food Pada Remaja Putri SMP Daerah Perkotaan Dan Pedesaan Terhadap Kejadian Menarche Dini', *Jurnal Kesehatan*, 6(3), pp. 110-116. doi: 10.25047/j-kes.v6i3.62.
- Notoatmojo, Soekidjo, 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Rnika Cipta. Jakarta
- Nursalam, 2011. ^[96] *Konsep Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi Tesis Dan Instrument Penelitian Keperawatan*. Salemba Medika. Jakarta.
- Nurwanti, E., Hadi, H. and Julia, M. (2016) 'Papararan iklan junk food dan pola konsumsi junk food sebagai faktor risiko terjadinya obesitas pada anak sekolah dasar kota dan desa di Daerah Istimewa Yogyakarta', *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 1(2), p. 59. doi: 10.21927/ijnd.2013.1(2).59-70.
- Sari, R.W. 2008. *Dangerous Junk Food*. Yogyakarta: O2 Di akses Maret 2019
- Sugiyono, 2013. ^[101] *Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D)*. Alfabeta. Bandung. ^[15]

Dinas Kesehatan, 2017, Profil Kesehatan 2017, Dinas Kesehatan fJombang, Jombang, hh, 85-87

Soebagijo Adi Soelistijo, Hermina Novida, Achmad Rudijanto, Dkk.^[15] Konsensus pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 di Indonesia, 2015. PERKENI

Suroso & Srinuraini, (2015) 'Hubungan Konsumsi Junk Food Dengan Kolesterol Total Dan Obesitas Pada Anak Usia 10-12 Tahun di SDN Kecamatan Tanjungkarang Timur Kota Bandar Lampung' Jurnal Analis Kesehatan : Volume 4, No. 2 September 2015