

ABSTRAK

Judul : Hubungan Asupan Lemak, BCAA (*Branched Chain Amino Acid*), Indeks Massa Tubuh, Aktivitas Fisik dan Hiperkolesterol di Puskesmas Kebon Jeruk Jakarta Barat

Nama : Dethiya Ruspa Andiyani

Program Studi : Gizi

VI Bab, 74 Halaman, 21 Tabel, 10 Gambar, 8 Lampiran

Latar Belakang: Wanita yang berumur diatas 45 tahun masih banyak mengalami Hiperkolesterol yang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor makanan, indeks massa tubuh, dan aktivitas fisik.. **Tujuan:** Menganalisisi Hubungan Asupan Lemak, BCAA, Indeks Massa Tubuh, Aktivitas Fisik, dan Hiperkolesterol di Puskesmas Kebon Jeruk, Jakarta Barat. **Metode:** Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional* dengan menggunakan uji statistik korelasi *spearman*. Sampel penelitian ini adalah wanita berumur 45-59 tahun sebanyak 49 responden. **Hasil:** Hasil penelitian dengan menggunakan uji korelasi *spearman*, nilai p-value pada penelitian ini $p > 0,005$ tidak ada hubungan yang signifikan antara asupan lemak, BCAA, Indeks Massa Tubuh, Aktivitas Fisik, dan hiperkolesterol, nilai koefisien korelasi asupan lemak jenuh memiliki hubungan yang sangat lemah ($r = 0,113$), asupan PUFA memiliki hubungan yang sangat lemah ($r = 0,194$), asupan MUFA memiliki hubungan yang sangat lemah ($r = -0,091$), valin memiliki hubungan yang sangat lemah ($r = 0,100$), isoleusin memiliki hubungan yang sangat lemah ($r = 0,097$), leusin memiliki hubungan yang sangat lemah ($r = -0,004$), Indeks Massa Tubuh memiliki hubungan yang lemah ($r = 0,259$), aktivitas fisik memiliki hubungan yang sangat lemah ($r = -0,041$). **Kesimpulan:** tidak ada hubungan yang signifikan antara asupan lemak jenuh, lemak tak jenuh, BCAA, Indeks Massa Tubuh, Aktivitas Fisik, dan hiperkolesterol di Puskesmas Kebon Jeruk Jakarta Barat.

Kata Kunci: Hiperkolesterol, Asupan lemak, BCAA, IMT, Aktivitas Fisik.