



## ABSTRAK

UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN MASYARAKAT  
PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
Skripsi, April 2013

AZIZAH YOFIANI

### **HUBUNGAN ASUPAN VITAMIN C, VITAMIN E, $\beta$ -KAROTEN DAN KADAR PROFIL LIPID PADA PASIEN KEGEMUKAN DI RS PREMIER BINTARO TAHUN 2013**

VI Bab, 85 Halaman, 14 Tabel, 16 Gambar

**Latar Belakang** : Kegemukan dengan peningkatan profil lipid akan memperbesar terjadinya aterosklerosis. Asupan antioksidan (vitamin C, vitamin E dan  $\beta$ -karoten) dapat memperlambat terjadinya aterosklerosis.

**Tujuan** : Mempelajari hubungan asupan antioksidan dari luar khususnya vitamin C, vitamin E,  $\beta$ -karoten dan kadar profil lipid pada pasien kegemukan di Rs Premier Bintaro.

**Metode** : Penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah pasien dengan kegemukan yang dirawat di RS premier bintaro dengan jumlah sampel 41. Profil lipid diperoleh dari catatan rekam medic pasien. Hasil asupan vitamin C, vitamin E,  $\beta$ -karoten diperoleh metode FFQ semiquantitatif. Hubungan antara profil lipid dengan asupan vitamin C, vitamin E,  $\beta$ -karoten dalam penelitian ini menggunakan uji *pearson product moment*.

**Hasil** : Asupan rata-rata vitamin C 88,48 ( $\pm 55,89$ ) mg/hr, vitamin E 2,72 ( $\pm 2,182$ ) mg/hr,  $\beta$ -karoten 19659 ( $\pm 19729,10$ )  $\mu$ g/hr. Jika dibandingkan dengan AKG hanya vitamin C yang mendekati kebutuhan normal (93,87%) sedangkan vitamin E,  $\beta$ -karoten relatif sangat rendah (18,17%, dan 5,46%). Rata-rata kadar profil lipid sebagian besar dalam kondisi normal, HDL 44,09 ( $\pm 11,11$ ) mg/dl, LDL 127,78 ( $\pm 35,22$ ) mg/dl, dan trigliserida 145,76 ( $\pm 57,61$ ) mg/dl, dan hanya kolesterol total yang tinggi 201 ( $\pm 34,48$ ) mg/dl. Hasil hubungan antara asupan vitamin C, vitamin E,  $\beta$ -karoten dengan profil lipid didapat nilai  $p > 0,05$ .

**Kesimpulan** : Berat badan yang normal, pola makan yang diimbangi dengan konsumsi sayur dan buah minimal 400 mg/hr sesuai anjuran WHO, serta pengaturan aktifitas fisik seperti berolahraga yang teratur minimal 3x seminggu merupakan tahap awal dalam mempertahankan kadar profil lipid.

**Kata Kunci** : Anti Oksidan Pada Sayur dan Buah, Profil Lipid, Kegemukan

**Pustaka** : 90 (1990-2013)