

**PERBEDAAN KADAR TRIGLISERIDA SEBELUM DAN SESUDAH  
PEMBERIAN YOGHURT PADA WANITA MENOPAUSE DENGAN  
HIPERLIPIDEMIA**

**di Panti Sosial Tresna Wredha "Pucang Gading" Semarang**

**Artikel Penelitian**

disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi pada  
Program Studi Ilmu Gizi Universitas Diponegoro Semarang



**Disusun oleh**  
**Hening Puspitasari**  
**NIM : G2C003253**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI**  
**FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS**  
**DIPONEGORO SEMARANG**  
**2008**

## PERBEDAAN KADAR TRIGLISERIDA SEBELUM DAN SESUDAH PEMBERIAN YOGHURT PADA WANITA MENOPAUSE DENGAN HIPERLIPIDEMIA DI PANTI WREDHA PUCANG GADING SEMARANG

\*Hening Puspitasari \*\*Tatik Mulyati

### ABSTRAK

**Latar belakang :** Hiperlipidemia adalah peningkatan kadar lemak darah yang ditandai dengan peningkatan kadar kolesterol total, kolesterol LDL dan trigliserida serta kadar kolesterol HDL dibawah normal. Kadar lemak darah yang tinggi dapat diturunkan dengan intervensi diet. Yoghurt mengandung bakteri *Lactobacillus bulgaricus* dan *Streptococcus thermophilus* yang dikonsumsi minimal 200 ml/hari selama 12 hari diduga dapat menurunkan kadar trigliserida.

**Tujuan :** Untuk mengetahui perbedaan kadar trigliserida sebelum dan sesudah pemberian yoghurt pada wanita menopause dengan hiperlipidemia.

**Metode :** Penelitian pra eksperimen dengan rancangan *one group pre test – post test design*. Subyek diambil dengan cara *purposive*, besar subyek penelitian ini adalah 17 orang. Kadar trigliserida diukur pada waktu sebelum dan sesudah intervensi. Selama intervensi asupan energi, protein, lemak, karbohidrat dan kolesterol dianalisis dengan menggunakan program Nutisoft. Uji Wilcoxon digunakan untuk menganalisis data yang dikumpulkan.

**Hasil :** Proporsi hipertrigliserida sesudah pemberian yoghurt selama 12 hari sebesar 23,5% dibandingkan dengan sebelum pemberian yoghurt yaitu 58,8%. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa terjadi perbedaan kadar trigliserida sebelum dan sesudah pemberian yoghurt yang bermakna dengan  $p=0,031$ .

**Kesimpulan :** Ada perbedaan proporsi kadar trigliserida sebelum dan sesudah pemberian yoghurt pada wanita menopause dengan hiperlipidemia.

**Kata kunci :** Trigliserida, yoghurt, hiperlipidemia, menopause

---

\* Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

\*\* Dosen Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

# THE TRIGLISERIDA LEVEL DIFFERENCES BEFORE AND AFTER YOGHURT INTERVENTION AT MENOPAUSE WOMAN WITH HYPERLIPIDEMIA IN SOCIAL RESIDENCE OF TRESNA WREDHA PUCANG GADING SEMARANG

\*Hening Puspitasari \*\* Tatik Mulyati

## ABSTRACT

**Background :** Hiperlipidemia is the increasing rate of blood fat marked with increasing total cholesterol level in blood, LDL cholesterol, trigliserida and HDL cholesterol level is subnormal. High fat level in blood can be decreased with dietary intervention. Yoghurt including bacteria strains *Lactobacillus bulgaricus* and *Streptococcus thermophilus* have minimal consumed 200 cc/day in 12 days can decrease trigliserida level.

**Objective :** To identify the difference of trigliserida level before and after yoghurt intervention at menopause woman with hiperlipidemia.

**Method :** Previous experiment research with one group pre test - post test design. The subjects were collected with purposive and 17 people involved in this research. Trigliserida level were measured before and after intervention. During intervention energy, protein, fat, carbohydrate and cholesterol analysed by using Nutisoft program. The Wilcoxon test used to analyse collected data.

**Result :** Proportion hipertrigliserida level subjects after gived yoghurt during 12 days was 23.5% compared to before gived yoghurt 58.8%. The result of Wilcoxon Test shows that there are significant differences of trigliserida level before and after giving yoghurt having a meaning with  $p=0,031$ .

**Conclusion :** There are differences proportion trigliserida level before and after yoghurt intervention at menopause woman with hiperlipidemia.

**Keywords :** Trigliserida, yoghurt, hiperlipidemia, menopause

---

\* Student of Nutrition Science Study Program of Medicines Faculty in Diponegoro University

\*\* Lecturer of Nutrition Science Study Program of Medicines Faculty in Diponegoro University