

**PERBEDAAN KADAR KOLESTEROL LDL SEBELUM DAN SESUDAH  
PEMBERIAN YOGHURT PADA WANITA MENOPAUSE DENGAN  
HIPERKOLESTEROLEMIA  
Di Panti Sosial Tresna Wredha**

**Artikel Penelitian**

Diajukan untuk Memenuhi Tugas dan Melengkapi Persyaratan dalam Menempuh  
Program Pendidikan Sarjana Ilmu Gizi S1 Fakultas Kedokteran



disusun oleh :

**Esti Astuti**

**G2C003245**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI S-1  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS DIPONEGORO  
SEMARANG  
2007**

# THE LDL CHOLESTEROL LEVEL AND AFTER CONSUMPTION OF YOGHURT IN MENOPAUSE WOMEN WITH HYPERCHOLESTEROLEMIA LIVING IN SOCIAL RESIDENCE OF TRESNA WERDHA

\*Esti Astuti, \*\* Yekti Wirawanni

## ABSTRACT

**Background:** Several epidemiology study and clinical study declare that height of cholesterol value can causes PJK. Suskernas 2001 results, show that 26, 4% of death is caused by PJK. During menopause there is a decrease of estrogen hormone. It causes the increase of LDL cholesterol value. It's influenced by many factors however food is factors need to be considered and become the most useful action to decrease LDL cholesterol value. Yoghurt is one of beverages that are able to decrease cholesterol LDL. There are amount of organic acids such as glukoronat, propionate, folat, and lactate which have a role in decreasing LDL cholesterol.

**Objective:** This research aim is to identify the differences of LDL cholesterol value, prior and after yoghurt providing to menopause women using hypercholesterolemia.

**Method:** It is an initial experimental research with one group initial test-sampling design or using purposive, subject amount are 17 people. The collected data were primary data which consist of: age, weight, tall, LDL cholesterol data value, yoghurt acceptability and amount of food. The differences of LDL cholesterol value prior and after yoghurt feeding are tested using Paired T-test

**Result:** The initial LDL cholesterol examination are: amount of 135,2 mg/dl classified in high limit. The averages of yoghurt feeding for subjects were of 0,87 glass or 174,5. The subject of LDL cholesterol after yoghurt feeding experience decreases both using the LDL cholesterol averages of 77,2 mg/dl or there are LDL cholesterol value that already decreases for 42,77%. The T-test paired test shows that there are significant differences of LFL cholesterol values, prior and after yoghurt feeding with  $p=0,00$ .

**Conclusion:** There are significant differences between LDL cholesterol prior and after yoghurt feeding into menopause women with hypercholesterolemia.

**Keywords:** LDL cholesterol, yoghurt, hypercholesterolemia, menopause

---

\* Student of Programme in Nutrition Science, Medical Faculty Diponegoro University

\*\* Lecture of Programme in Nutrition Science, Medical Faculty Diponegoro University

# PERBEDAAN KADAR KOLESTEROL LDL SEBELUM DAN SESUDAH PEMBERIAN YOGHURT PADA WANITA MENOPAUSE DENGAN HIPERKOLESTEROLEMIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA

\*Esti Astuti, \*\*Yekti Wirawanni

## ABSTRAK

**Latar belakang :** Beberapa studi epidemiologi dan studi klinik menyatakan tingginya kadar kolesterol LDL menyebabkan resiko terjadinya PJK. Berdasarkan hasil Suskernas 2001 memperlihatkan angka 26,4% kematian disebabkan oleh PJK. Pada masa menopause penurunan sintesis hormon estrogen berdampak pada kenaikan kadar kolesterol LDL. Tingginya kadar kolesterol LDL dipengaruhi banyak hal tetapi makanan merupakan faktor yang dapat disikapi dan merupakan tindakan bermanfaat untuk menurunkan kadar kolesterol LDL. Yoghurt merupakan salah satu minuman yang dapat menurunkan kolesterol LDL. Sejumlah asam – asam organik seperti asam glukoronat, propionat, folat dan laktat dapat berperan dalam penurunan kolesterol.

**Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kadar kolesterol LDL sebelum dan sesudah pemberian yoghurt pada wanita menopause dengan hiperkolesterolemia.

**Metode :** jenis penelitian ini adalah pra eksperimen dengan rancangan *one group pre test – post test design*. Subjek diambil menggunakan cara purposive, besar subjek penelitian ini adalah 17 orang. Data yang dikumpulkan berupa data primer meliputi nama, umur, berat badan, tinggi badan, kadar kolesterol LDL, daya terima yoghurt dan asupan makanan. Perbedaan kadar kolesterol LDL sebelum dan sesudah pemberian yoghurt diuji menggunakan uji *Paired T-test*.

**Hasil :** Hasil pemeriksaan kolesterol LDL awal didapatkan rerata sebesar 135,2 mg/dl termasuk kategori batas tinggi. Rerata asupan yoghurt subjek 0,87 gelas atau 174,5 gram. Kolesterol LDL subjek setelah pemberian yogurt mengalami penurunan dengan rerata kolesterol LDL 77,2 mg/dl atau telah terjadi penurunan kadar kolesterol LDL sebesar 42,77%. Hasil uji *paired T-test* menunjukkan bahwa terjadi perbedaan kadar kolesterol LDL sebelum dan sesudah pemberian yoghurt yang signifikan dengan  $p=0,00$ .

**Simpulan :** Terdapat perbedaan yang signifikan antara kolesterol LDL sebelum dan sesudah pemberian yoghurt pada wanita menopause dengan hiperkolesterolemia.

Kata kunci : Kolesterol LDL, yoghurt, hiperkolesterolemia, menopause

---

\* Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

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