

ABSTRAK

PERBEDAAN RERATA KADAR TRIGLISERIDA SERUM SEBELUM DAN SESUDAH PEMBERIAN SERAT PANGAN INULIN DARI MINUMAN BROKOLI TERFORTIFIKASI PADA MAHASISWA OBESITAS DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG

Oleh

INDRIASARI NURUL PUTRI

Obesitas merupakan suatu keadaan dengan akumulasi lemak yang tidak normal atau berlebihan di jaringan adiposa sehingga dapat mengganggu kesehatan. Gangguan kesehatan yang dapat terjadi pada penderita obesitas adalah dislipidemia yang salah satunya ditandai dengan peningkatan kadar trigliserida serum. Konsumsi tinggi serat adalah salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mencegah dislipidemia. Contoh serat yang dapat digunakan adalah inulin dan dapat difortifikasi dengan sari brokoli. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kadar trigliserida serum sebelum dan sesudah pemberian minuman brokoli terfortifikasi pada mahasiswa obesitas.

Metode penelitian ini adalah quasi eksperimental dengan rancangan *one group before and after*. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa obesitas di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dan sampel penelitian berjumlah 35 orang yang diambil dengan menggunakan teknik *consecutive sampling*.

Hasil penelitian didapatkan rerata kadar trigliserida serum sebelum pemberian serat pangan inulin dari minuman brokoli terfortifikasi adalah $70 \pm 23,9$ mg/dl dan rerata sesudah pemberian selama 28 hari adalah $67 \pm 21,2$ mg/dl. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat perbedaan kadar trigliserida serum sebelum dan sesudah pemberian serat pangan inulin dari minuman brokoli terfortifikasi ($p=0,032$) pada mahasiswa obesitas di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

Kata kunci: dislipidemia, inulin, obesitas, sari brokoli, trigliserida serum