

ABSTRAK

PERBEDAAN RERATA KOLESTEROL TOTAL SERUM SEBELUM DAN SESUDAH PEMBERIAN MINUMAN SARI BROKOLI TERFORTIFIKASI SERAT INULIN PADA MAHASISWA OBESITAS DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG

Oleh

ALYSSA FAIRUDZ SHIBA

Prevalensi obesitas terus mengalami peningkatan. Obesitas di usia remaja telah dikaitkan dengan beberapa komorbiditas di usia dewasa. Hal ini terkait dengan tendensi obesitas menyebabkan hiperkolesterolemia. Bahan yang diperkirakan bisa menurunkan kolesterol adalah serat pangan, contohnya inulin. Inulin telah menjadi bahan fortifikasi untuk minuman sari brokoli yang juga tinggi serat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan rerata kolesterol total serum sebelum dan sesudah pemberian minuman sari brokoli terfortifikasi serat inulin 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*.

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa rerata kolesterol total serum sebelum pemberian minuman sari brokoli terfortifikasi serat inulin adalah $173 \pm 2,367$ mg/dl dan rerata sesudah pemberian selama 28 hari adalah $164 \pm 2,047$ mg/dl. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat perbedaan bermakna antara kadar kolesterol total serum sebelum dan sesudah pemberian minuman sari brokoli terfortifikasi serat inulin dengan *p value* = 0,003

Kata kunci: inulin, kolesterol total serum, sari brokoli