

**GAMBARAN KADAR KOLESTEROL PADA MAHASISWA YANG  
MENGONSUMSI *JUNK FOOD* DI D-III TEKNOLOGI  
LABORATORIUM MEDIK**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Analisis  
Kesehatan**



**BELA NABILA NURUL HAZ**

**20121120**

**PROGRAM STUDI DIII ANALIS KESEHATAN**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS BAKTI TUNAS**

**HUSADA TASIKMALAYA**

**JULI 2024**

## ABSTRAK

### Gambaran Kadar Kolesterol Pada Mahasiswa Yang Mengonsumsi *Junk Food* Di DIII Teknologi Laboratorium Medik

**Bela Nabila Nurul Haz, Dewi Kania, Rochmanah Suhartati**

(Program Studi D-III Analisis Kesehatan/TLM, Universitas Bakti Tunas Husada Tasikmalaya)

Setiajaya Kecamatan Cibereum JL. Cilolohan No. 36 Kel. Kahuripan Tawang, Kota, Kec, Kab. Tasikmalaya, Jawa Barat 46115

Email : [bellanabilaa913@gmail.com](mailto:bellanabilaa913@gmail.com)

**Abstrak.** *Junk food* tergolong makanan yang populer yang diminati oleh kalangan remaja dan konsumennya selalu meningkat setiap tahunnya. Zaman globalisasi berdampak pada pola konsumsi makanan cepat saji yang sekarang telah menjadi bagian gaya hidup remaja. Lazimnya *junk food* mengandung gula, kalori, natrium, dan lemak dalam jumlah tinggi, tetapi rendah serat, vitamin A, kalsium, folat, dan asam askorbat. Terlalu banyak mengonsumsi *junk food* dapat memicu beragam masalah kesehatan seperti hipertensi, penyakit jantung koroner, diabetes, obesitas, serta menjadi salah satu penyebab terjadinya peningkatan kolesterol. Makanan *junk food* jika dikonsumsi berulang kali dapat menyebabkan perubahan sifat lemak tak jenuh serta meningkatkan kadar kolesterol. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh informasi gambaran kadar kolesterol pada mahasiswa yang mengonsumsi *junk food* di DIII Teknologi Laboratorium Medik. Metode yang dilakukan adalah deskriptif. Penelitian ini dilakukan terhadap 25 sampel diambil secara *purposive sampling*, sedangkan untuk menguji kadar kolesterol menggunakan metode CHOD-PAP dengan alat fotometer TC-3300. Hasil penelitian ini didapatkan hasil 25 responden (100%) memiliki tingkat kolesterol yang normal dan 0 partisipan (0%) memiliki tingkat kolesterol yang tinggi. Dari data penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa hampir semua kadar kolesterol pada partisipan penelitian yang dilakukan memiliki tingkat kolesterol yang normal.

**Kata kunci :** *Junk food, Kolesterol, Gambaran*

### Description of Cholesterol Levels in Students Who Consume *Junk Food* at DIII Medical Laboratory Technology

**Bela Nabila Nurul Haz, Dewi Kania, Rochmanah Suhartati**

(D-III Health Analyst/TLM Study Program, Bakti Tunas Husada University Tasikmalaya)

**Abstract.** *Junk food is categorized as popular food that is favored by teenagers, and its consumption has been increasing every year. The era of globalization has impacted the consumption patterns of fast food, which has now become a part of the teenage lifestyle. Generally, junk food contains high amounts of sugar, calories, sodium, and fat but is low in fiber, vitamin A, calcium, folate, and ascorbic acid. Excessive consumption of junk food can trigger various health problems such as hypertension, coronary heart disease, diabetes, obesity, and can also be a cause of increased cholesterol levels. Consuming junk food repeatedly can lead to changes in unsaturated fats and increase cholesterol levels. This study aims to obtain information on cholesterol levels among students consuming junk food in the DIII Medical Laboratory Technology program. The method used is descriptive. The study was conducted on 25 samples taken through purposive sampling, and cholesterol levels were tested using the CHOD-PAP method with a TC-3300 photometer. The results of this study showed that 25 respondents (100%) had normal cholesterol levels and 0 participants (0%) had high cholesterol levels. Based on the research data, it can be concluded that almost all cholesterol levels among the study participants are within the normal range.*

**Keywords:** *Junk food, Cholesterol, Description*