

**HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI IKAN CAKALANG (*Katsuwonus Pelamis L.*)  
DENGAN KADAR KOLESTEROL TOTAL ORANG DEWASA USIA 20 – 30  
TAHUN**

**SKRIPSI**

Untuk Memenuhi Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran



Oleh:

**Fiqih Furqan H. Mongilong**  
NPM: 16700120

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA  
TAHUN AKADEMIK  
2020**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI IKAN CAKALANG  
(*Katsuwonus Pelamis L.*) DENGAN KADAR KOLESTEROL TOTAL  
ORANG DEWASA USIA 20 – 30 TAHUN  
Untuk Memenuhi Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**

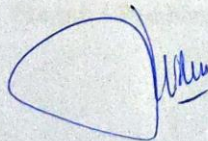
**Oleh:**

**Fiqih Furqan H. Mongilong  
NPM: 16700120**

**Menyetujui untuk diuji**

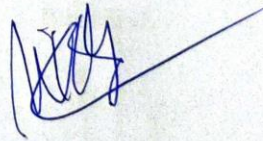
**Pada tanggal : 20 Januari 2020**

**Penguji I/Pembimbing,**



**Dr. drg. Wike Herawaty, M.Kes  
NIP. 17778-ET**

**Penguji II**



**dr. Widjaja Indrachan, Sp. OG  
NIK. 9920-ET**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI IKAN CAKALANG  
(*Katsuwonus Pelamis L.*) DENGAN KADAR KOLESTEROL TOTAL  
ORANG DEWASA USIA 20 – 30 TAHUN**

**Oleh:**

**Fiqih Furqan H. Mongilong  
NPM: 16700120**

**Telah diuji pada**

**Hari : Senin  
Tanggal : 20 Januari 2020**

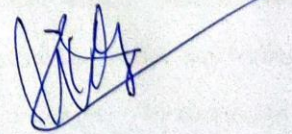
**Dan dinyatakan lulus oleh:**

**Penguji I/Pembimbing,**



**Dr. drg. Wike Herawaty, M.Kes  
NIP. 17778-ET**

**Penguji II,**



**dr. Widjaja Indrachan, Sp. OG  
NIP. 9920-ET**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda-tangan di bawah ini saya:

Nama : Fiqih Furqan H Mongilong

NPM : 16700120

Program Studi : Pendidikan Dokter

Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Proposal Tugas Akhir yang saya tulis dengan judul “Hubungan antara konsumsi ikan cakalang (*Katsuwonus Pelamis L.*) dengan kadar kolesterol total pada orang dewasa usia 20-30 tahun”, benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil-alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa Proposal Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Surabaya, 17 Juni 2019

Yang membuat pernyataan



(Fiqih Furqan H Mongilong)

NPM: 16700120

## SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Fiqih Furqan H. Mongilong

NPM : 16700120

Program Studi : Pendidikan dokter

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil penelitian saya dengan judul :

HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI IKAN CAKALANG (*Katsuwonus Pelamis L.*)

DENGAN KADAR KOLESTEROL TOTAL ORANG DEWASA USIA 20 – 30

TAHUN.

Bersedia untuk diunggah dalam *e-repository* Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

Surat Pernyataan Persetujuan ini digunakan sebagaimana diperlukan.

Surabaya, 10 Maret 2020

Yang membuat pernyataan



(Fiqih Furqan H Mongilong)

NPM: 16700120

## ABSTRAK

**Mongilong, Fiqih Furqan H.** 2019. Hubungan Antara Konsumsi Ikan Cakalang (*Katsuwonus Pelamis L.*) Dengan Kadar Kolesterol Total Orang Dewasa Usia 20-30 Tahun. Jurnal Penelitian. Fakultas Kedokteran. Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Pembimbing : Dr. drg. Wike Herawaty, M.Kes.

Ikan merupakan salah satu sumber nutrisi hewani dan salah satu sumber protein utama yang sering kita konsumsi sehari – hari. Kandungan unsur lemak rendah di dalam ikan, yang salah satunya merupakan asam lemak omega-3 disinyalir dapat menurunkan kolesterol, meningkatkan kecerdasan, dan mencegah berbagai penyakit degeneratif. Dari uraian tersebut penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah konsumsi ikan cakalang akan mempengaruhi kadar kolesterol total dalam darah pada orang dewasa usia 20-30 tahun dengan populasi yang diteliti berjumlah 801 orang yang gemar makan ikan cakalang dan yang tidak gemar makan ikan cakalang dengan rentang umur 20-30 tahun di Kelurahan Mogolaing dan besar sampel yang diambil sebanyak 57 orang. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Konsumsi Ikan Cakalang (*Katsuwonus Pelamis L.*) sedangkan variabel terikatnya adalah Kadar kolesterol total. Selanjutnya penelitian ini dianalisis menggunakan uji statistik *chi square*. Hasil penelitian diperoleh nilai sig. = 0,000 ( $\alpha < 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan antara konsumsi ikan cakalang terhadap kadar kolesterol pada orang dewasa usia 20 - 30 tahun.

**Kata kunci:** ikan cakalang, kadar kolesterol total, orang dewasa usia 20-30 tahun

## **ABSTRACT**

**Mongilong, Fiqih Furqan H.** 2019. Relationship Between Consumption of Skipjack Fish (*Katsuwonus Pelamis L.*) With Cholesterol Levels of Number of Adults Aged 20-30 Years. Research journal. Medical School. Wijaya Kusuma University Surabaya. Supervisor: Dr. drg. Wike Herawaty, M.Kes.

Fish is one of the sources of animal nutrition and one of the main sources of protein that we often consume daily. Low-fat content in fish, which is one of the omega-3 fatty acids, can reduce cholesterol, increase intelligence, and prevent various degenerative diseases. From this study, this study discusses the consumption of skipjack tuna will increase total cholesterol levels in adults aged 20-30 years with a population in question 801 people who eat skipjack and who do not eat skipjack fish with an age range of 20 years -30 years in the Kelurahan Mogolaing and a large sample was taken as many as 57 people. The independent variable in this study was the consumption of skipjack fish (*Katsuwonus Pelamis L.*) while the chosen variable was total cholesterol level. Furthermore, this study was analyzed using the chi-square statistical test. The results obtained by the value of sig. = 0,000 ( $\alpha < 0.05$ ) so it can be concluded that it is related to the consumption of skipjack fish on cholesterol levels in adults aged 20-30 years.

**Keywords:** skipjack fish, total cholesterol level, adults aged 20-30 years.



***Skripsi ini kupersembahkan untuk Ayahanda, Ibunda, Kakek, Nenek, dan Adikku yang senantiasa memberi dukungan serta doa dalam kelancaran pembuatan Skripsi***



## KATA PENGANTAR

Syukur kehadiran Tuhan YME yang telah memberikan berbagai kemudahan kepada penulis untuk menyelesaikan Proposal Tugas Akhir dengan Judul "Hubungan Antara Konsumsi Ikan Cakalang (*Katsuwonus Pelamis L.*) dengan Kadar Kolesterol Total Orang Dewasa Usia 20 – 30 Tahun".

Penulis terdorong untuk meneliti topik ini karena daerah khususnya Sulawesi Utara terkenal dengan makanan khasnya yaitu Ikan Cakalang. Penelitian bertujuan untuk membuktikan bahwa apakah ada hubungan antara mengkonsumsi ikan cakalang dengan kadar kolesterol total.

Tugas akhir ini berhasil penulis selesaikan karena dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis sampaikan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Prof. Dr. Suhartati, dr., MS, Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memberi kesempatan kepada penulis menuntut ilmu di Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
2. Dr. drg. Wike Herawaty, M.Kes sebagai pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta dorongan dalam menyelesaikan Proposal Tugas Akhir ini.
3. dr. Widjaja Indrachan, Sp. OG. sebagai penguji Proposal Tugas Akhir.
4. Segenap Tim Pelaksana Tugas Akhir dan sekretariat Tugas Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memfasilitasi proses penyelesaian Proposal Tugas Akhir.
5. Ayahanda saya drg. Abdul Haris Mongilong, M.Si dan Ibunda Irene Maghdalena Wuisan yang selalu memberikan semangat tiada henti kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini
6. Kakak saya Maghfirah Fitri Haren Mongilong dan Adik saya Frisqy Firmansyah Haren Mongilong yang selalu memotivasi saya untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini.
7. Semua pihak yang tidak mungkin disebut satu per satu yang telah membantu dalam menyelesaikan Proposal Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan Tugas Akhir ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan segala masukan demi sempurnanya tulisan ini.

Akhirnya kami berharap semoga Tugas Akhir ini bermanfaat bagi berbagai pihak yang terkait.

Surabaya, 19 Januari 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
D. Manfaat Penelitian .....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	6
A. Ikan Cakalang.....	6
B. Gizi Ikan Cakalang .....	9
C. Lipid dan Kolesterol.....	17
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS .....	25
A. Kerangka Konseptual .....	25
B. Hipotesis Penelitian .....	27

BAB IV	METODE PENELITIAN .....	28
	A. Rancangan Penelitian .....	28
	B. Populasi dan Sampel.....	29
	1. Populasi.....	29
	2. Sampel.....	29
	C. Variabel Penelitian.....	31
	D. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	32
	E. Definisi Operasional .....	32
	F. Prosedur Penelitian .....	35
	G. Analisis Data.....	38
BAB V	HASIL PENELITIAN	
	A. Gambaran Umum Tempat Penelitian .....	39
	B. Deskripsi Hasil Penelitian .....	41
	C. Uji Statistik .....	45
BAB VI	PEMBAHASAN	
	A. Hubungan Antara Konsumsi Ikan Cakalang Terhadap Kadar Kolesterol Total Pada Orang Dewasa Usia 20-30 Tahun.....	47
BAB VII	PENUTUP	
	A. Kesimpulan .....	49
	B. Saran .....	50
DAFTAR PUSTAKA .....		51
LAMPIRAN .....		53

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Spesies Ikan Cakalang ( <i>Katsuwonus Pelamis</i> ).....	6
Gambar 3.1	Kerangka Konseptual Hubungan Antara Konsumsi Ikan Cakalang dengan Kadar Kolesterol Total pada Orang Dewasa Usia 20 – 30 Tahun .....	25
Gambar 4.1	Bagan Rancangan Penelitian.....	28
Gambar 4.2	Bagan Alur Penelitian .....	32
Gambar 5.1	Daerah Kota Kotamobagu, Sulawesi Utara .....	39
Gambar 5.2	Kegemaran Mengonsumsi Ikan Cakalang .....	41
Gambar 5.3	Riwayat Kolesterol .....	42
Gambar 5.4	Frekuensi Makan Ikan Cakalang Dalam Sehari .....	43
Gambar 5.5	Kadar Kolesterol .....	44

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Komposisi Kimia Daging Ikan Cakalang ( <i>Katsuwonus Pelamis</i> ).....	8
Tabel 4.1	Definisi Operasional .....	32
Tabel 5.1	Karakteristik Berdasarkan Kegemaran Mengonsumsi Ikan Cakalang .....	41
Tabel 5.2	Karakteristik Berdasarkan Riwayat Kolesterol .....	42
Tabel 5.3	Karakteristik Berdasarkan Frekuensi Makan Ikan Cakalang Dalam Sehari .....	43
Tabel 5.4	Karakteristik Berdasarkan Kadar Kolesterol .....	44
Tabel 5.5	Rata-Rata Nilai Kadar Kolesterol Total Untuk Responden Yang Gemar Mengonsumsi Ikan Cakalang dan Tidak Gemar Mengonsumsi Ikan Cakalang .....	44

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Pernyataan Keaslian Tulisan.....	53
Lampiran 2	Surat Keterangan Penelitian.....	54
Lampiran 3	Sertifikat Kelaikan Etik.....	55
Lampiran 4	Kartu Bimbingan Tugas Akhir.....	56
Lampiran 5	Kuisisioner Penelitian.....	58
Lampiran 6	Rekapitulasi Hasil Pengisian Kuisisioner .....	59
Lampiran 7	Hasil Uji Statistik Chi-Square .....	62
Lampiran 8	Dokumentasi Penelitian .....	67
Lampiran 9	Jurnal .....	69