

## ABSTRAK

Profil lipid merupakan salah satu tes yang dapat menjadi parameter untuk menentukan risiko penyakit jantung koroner, obesitas, aterosklerosis, stroke, hipertensi, dan diabetes. Salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi profil lipid adalah makanan. Lipid di dalam makanan terdiri atas trigliserida, kolesterol, dan fosfolipid. Dalam praktek klinis profil lipid secara konvensional diukur dalam plasma darah yang diperoleh setelah puasa selama >8 jam tanpa asupan makanan, kecuali air dan obat-obatan. Namun, beberapa penelitian mengatakan bahwa penentuan profil lipid bagi manusia sehat saat puasa dan tidak puasa tidak berpengaruh karena hasil yang di dapatkan tidak begitu berbeda. Perubahan kecil dalam parameter profil lipid ini tampaknya tidak penting secara klinis. Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui pengaruh puasa dan tidak puasa terhadap profil lipid pada subjek uji mahasiswa sehat menggunakan sampel darah.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian *pre-ekperimental* dengan desain penelitian *one-shot case study*. Variable bebas pada penelitian ini adalah perilaku puasa dan tidak puasa pada subjek uji mahasiswa. Variabel terikat adalah profil lipid yang meliputi LDL, HDL, Trigliserida dan kolesterol total. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah mahasiswa sehat, usia 18-22 tahun, telah menandatangani *informed consent*. Pengukuran profil lipid menggunakan alat lipid pro meter dengan analisis hasil diidentifikasi dengan uji T dua sampel berpasangan. Pada penelitian ini diperoleh hasil yaitu tidak terdapat perbedaan yang signifikan kadar HDL pada mahasiswa puasa dan tidak puasa serta terdapat perbedaan yang signifikan kadar LDL, Trigliserida dan kolesterol Total pada mahasiswa puasa dan tidak puasa.

**Kata kunci: Perilaku puasa, Mahasiswa sehat, Profil lipid, Uji T dua sampel berpasangan**

## ABSTRACT

A lipid profile can be used as a parameter to determine the risk of coronary heart disease, obesity, atherosclerosis, stroke, hypertension, and diabetes. One of the external factors that affect the lipid profile is food. Lipids in food consist of triglycerides, cholesterol, and phospholipids. In clinical practice, lipid profiles are conventionally measured in blood plasma obtained after fasting for >8 hours without food intake, except water and drugs. However, several studies say that the determination of lipid profiles for healthy humans when fasting and not fasting has no effect because the results obtained are not that different. These small changes in lipid profile parameters are not clinically important. This study was conducted with the aim of examining the effect of fasting and not fasting on lipid profiles in healthy student test subjects using blood samples.

This type of research is pre-experimental with a one-shot case study design. The independent variables in this study were fasting and non-fasting behavior in student subjects. The dependent variable is the lipid profile, which includes LDL, HDL, triglycerides, and total cholesterol. The inclusion criteria in this study were healthy students, aged 18-22 years, who had signed *informed consent*. Lipid profile measurements used a lipid profile analysis of the results identified by a paired sample T test. The results showed that HDL levels in fasting and non-fasting students showed no significant difference, while the levels of LDL, triglycerides, and total cholesterol in fasting and non-fasting students had significant differences.

**Key words: Fasting behavior, Healthy students, Lipid profile, Paired two sample tests**