

## ABSTRAK

Komposisi gizi paling banyak terdapat pada asupan karbohidrat, lemak, dan protein, atau disebut zat makronutrien. Konsumsi gizi tidak seimbang dapat menyebabkan obesitas dan meningkatkan kadar kolesterol yang merupakan faktor risiko penyakit kardiovaskular. Risiko penyakit kardiovaskular dapat diprediksi menggunakan rasio kolesterol total/HDL. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan angka kecukupan gizi makronutrien terhadap rasio kolesterol total/HDL pada orang dewasa masyarakat pedesaan. Lokasi penelitian terletak di Desa Kepuharjo, Cangkringan, Sleman, Yogyakarta. Penelitian ini merupakan jenis observasional analitik dengan rancangan *cross sectional*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 102 responden. Pengambilan sampel secara *purposive sampling* dengan kriteria berumur 40-60 tahun, melakukan puasa 10-12 jam sebelum dilakukan pengambilan data, tidak sedang menjalani diet, tidak sedang hamil, dan tidak mempunyai riwayat penyakit kardiovaskular. Data dianalisis menggunakan uji *Chi-Square* dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi terhadap rasio kolesterol total/HDL ( $p=0,068$ ;  $p=0,451$ ), asupan protein terhadap rasio kolesterol total/HDL ( $p=1,000$ ;  $p=0,240$ ), asupan lemak terhadap rasio kolesterol total/HDL ( $p=0,081$ ;  $p=0,725$ ), asupan karbohidrat terhadap rasio kolesterol total/HDL ( $p=0,088$ ;  $p=0,286$ ). Berdasarkan hasil analisis tersebut, maka disimpulkan bahwa terdapat hubungan tidak bermakna antara asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat terhadap rasio kolesterol total/HDL pada orang dewasa dipedesaan.

**Kata Kunci:** angka kecukupan gizi makronutrien, rasio kolesterol total/HDL, penyakit kardiovaskular

**ABSTRACT**

*Nutritional composition mainly consist of carbohydrates, fats, and proteins, or usually called macronutrients. The unbalanced intake of nutrients can cause obesity and increase cholesterol level, which is the main risk factor of cardiovascular disease. Cardiovascular disease can be predicted using total cholesterol/HDL ratio. The aim of this study is to figure out the association of the macronutrient recommended diet allowance towards the total cholesterol/HDL ratio in adults on a rural area. The study was located in Kepuharjo, Cangkringan, Sleman, Yogyakarta. This was an observational analitic study with the cross sectional design. There were 102 respondents of this study. Sampling was done purposively for respondents age 40-60 years old, 10-12 hours feasting, not on a diet, not pregnant, and have no history of cardiovascular disease. Data were analysed using Chi-Square test. The result showed insignificant association between energy intake towards total cholesterol/HDL ratio ( $p=0,068$ ;  $p=0,451$ ), protein intake towards total cholesterol/HDL ratio ( $p=1,000$ ;  $p=0,240$ ), fat intake towards total cholesterol/HDL ratio ( $p=0,081$ ;  $p=0,725$ ), and carbohydrates intake towards total cholesterol/HDL ratio ( $p=0,088$ ;  $p=0,286$ ). It is concluded that there is no meaningful association found between energy, proteins, fats, and carbohydrate towards total cholesterol/HDL ratio in adult on a rural area.*

**Keywords:** *macronutrient recommended diet allowance, total cholesterol/HDL ratio, cardiovascular disease.*