

**UNIVERSITAS GUNADARMA**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**SKRIPSI, 2024**

**LABIB BURHANUDIN**

**10920013**

**HUBUNGAN POLA MAKAN MAKANAN CEPAT SAJI DENGAN KADAR KOLESTEROL PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS GUNADARMA**

**ABSTRAK**

Makanan cepat saji yang tinggi kalori, lemak, dan kolesterol semakin populer di kalangan remaja, meningkatkan risiko obesitas dan hiperkolesterolemia. Kebiasaan buruk ini dipengaruhi oleh faktor sosial dan iklan. Indonesia memiliki sekitar 35,9% populasi di atas 15 tahun memiliki kadar kolesterol abnormal, sehingga penting untuk memahami dampak pola makan cepat saji terhadap kesehatan. Penelitian ini adalah studi observasional *cross-sectional* yang dilakukan pada Juli 2024 di Fakultas Kedokteran Universitas Gunadarma, melibatkan 76 mahasiswa berusia 16-20 tahun. Sampel diambil secara non-probabilitas dengan kriteria tertentu, di mana variabel independen adalah konsumsi makanan cepat saji dan variabel dependen adalah kadar kolesterol total. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan pemeriksaan POCT, kemudian dianalisis dengan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 89,5% responden jarang mengonsumsi makanan cepat saji, dengan 55,3% memiliki kadar kolesterol normal. Pola makan cepat saji yang jarang berhubungan dengan kadar kolesterol normal ( $p=0,019$ ), sedangkan 87,5% yang sering mengonsumsinya memiliki kolesterol tinggi. Terdapat hubungan signifikan antara konsumsi makanan cepat saji dan kadar kolesterol ( $p=0,05$ ), terutama pada perempuan, sedangkan tidak ada hubungan signifikan pada laki-laki akibat perbedaan aktivitas fisik.

**Kata kunci: Makanan Cepat Saji, Kolesterol, Remaja**