

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN FAKULTAS KEPERAWATAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU**

Penelitian, 02 Februari 2025

Rahmi Iwastuti

Pengaruh Teh Hijau Terhadap Kadar Kolesterol Di Wilayah Kerja Puskesmas
Rumbai Bukit Kota Pekanbaru

Xiii + 11 Halaman + 10 Tabel + 2 Skema + 7 Lampiran

ABSTRAK

Kolesterol merupakan salah satu komponen lemak atau zat lipid dan merupakan salah satu zat gizi yang sangat diperlukan oleh tubuh selain zat gizi lainnya, seperti karbohidrat, protein, vitamin dan mineral. Dalam situasi sekarang penyakit yang sering di hadapi masyarakat salah satunya adalah kadar kolestrol yang tinggi, dan kebanyakan menggunakan obat penurun kolestrol yang sudah diresepkan, Pengobatan non far makologi dapat dilakukan dengan pengobatan herbal, yaitu pengobatan dengan menggunakan obat-obatan herbal (bahan alam, seperti tanaman obat di antaranya teh hijau). Teh hijau merupakan teh alami karena tidak mengalami proses fermentasi sehingga zat- zat yang terdapat di dalam teh hijau belum mengalami proses Kandungan teh hijau yang paling utama adalah epigallocatechin-3-gallate (EGCG). Teh hijau juga memiliki efek farmakologis antara lain dapat menurunkan berat badan, menurunkan kolesterol. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui rerata kadar kolesterol sebelum dan sesudah pemberian teh hijau. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan desain eksperimen semu (*quasi eksperimen*) dengan pendekatan *pre test and post test control group design*. Populasi penelitian sebanyak 138 orang dengan menggunakan rumus sampel proporsi + drop out 10% diperoleh sampel sebanyak 10 orang. Hasil penelitian dengan menggunakan hasil uji statistik Paired T-Test dan Independen T-Test. diperoleh nilai p value 0,176 0,05, maka hipotesis H0 diterima dan Ha ditolak yang berarti tidak ada pengaruh pemberian teh hijau terhadap kadar kolesterol di Wilayah Kerja Puskesmas Rumbai Bukit.

Kata Kunci : Kolesterol, Teh Hijau

Daftar Pustaka : 53 (2017-2024)



**BACHELOR OF NURSING STUDY PROGRAM, FACULTY OF NURSING
PAYUNG NEGERI INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE**

Research, 02 February 2025

Rahmi Iwastuti

***The Effect of Green Tea on Cholesterol Levels in the Rumbai Bukit Community
Health Center Working Area, Pekanbaru City***

Xiii + 11 Pages + 10 Tables + 2 Schemes + 7 Appendices

ABSTRACT

Cholesterol is a component of fat or lipid substances and is one of the nutrients that the body really needs apart from other nutrients, such as carbohydrates, protein, vitamins and minerals. In the current situation, one of the diseases that people often face is high cholesterol levels, and most people use prescribed cholesterol-lowering drugs. Non-pharmacological treatment can be done with herbal medicine, namely treatment using herbal medicines (natural ingredients, such as medicinal plants including green tea). Green tea is natural tea because it does not undergo a fermentation process so that the substances contained in green tea have not been processed. The main content of green tea is epigallocatechin-3-gallate (EGCG). Green tea also has pharmacological effects, including reducing weight and lowering cholesterol. This study aims to determine the average cholesterol levels before and after giving green tea. This research is a quantitative study that uses a quasi-experimental design with a pre-test and post-test control group design approach. The research population was 138 people. Using the sample proportion formula + 10% drop out, the sample was 10 people. The research results used the results of the Paired T-Test and Independent T-Test statistical tests. The *p* value obtained is 0.176 - 0.05, then the hypothesis *H*₀ is accepted and *H*_a is rejected, which means there is no effect of giving green tea on cholesterol levels in the Rumbai Bukit Health Center Working Area.

Keywords: Cholesterol, Green Tea

References : 53 (2017-2024)

