

KARYA TULIS ILMIAH

**EFEK PEMBERIAN SEDUHAN TEH HIJAU, BERENANG, DAN
GABUNGAN TEH HIJAU DENGAN BERENANG TERHADAP
PERUBAHAN BERAT BADAN DAN NAFSU MAKAN PADA TIKUS
PUTIH (RATTUS NORVEGICUS) OBES**

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat
Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun Oleh :

Nama : Nur Hamam Prakosa
No. Mahasiswa : 20060310105

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nur Hamam Prakosa
NIM : 20060310105
Program Studi : Pendidikan Dokter
Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks yang dicantumkan dalam daftar pustaka dibagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

MOTTO

“Sesungguhnya Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(Q.S. Al-Baqarah 2:286)

“Niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antara kamu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan”

(Q.S Al Mujaadilah 58:11)

“Barang siapa yang mengerjakan kebaikan seberat dzarahpun, niscaya dia akan melihat (balasan) nya. Dan barang siapa mengerjakan kejahatan seberat dzarahpun, niscaya dia akan melihat (balasan) nya”

(Q. S. Az-Zalzal 99:7-8)

“Dan hanya orang-orang yang berakallah yang dapat mengambil pelajaran (dari

PERSEMBAHAN



Dengan setulus jiwa dan ucapan terima kasih, karya tulis ini kupersembahkan untuk

- ❖ *Allah SWT, yang telah memberikan karunia dan cahaya dalam setiap langkahku,*
- ❖ *Ayahanda dr. H. Edi Suharso, yang selalu sabar dan ikhlas, terima kasih atas semua hal yang terbaik yang diberikan padaku,*
- ❖ *Ibunda Kusmiyati, S.Pt yang tidak pernah lupa menyebut namaku dalam setiap doa, terima kasih atas perhatian, kasih sayang, kesabaran, harapan, dan kepedulian yang luar biasa padaku,*
- ❖ *Eyang putri, Hj. Sri Hardjati, yang selalu mendoakanku,*
- ❖ *Adikku, M. Syukur Imam Prakosa, terima kasih atas doa dan dukungannya,*
- ❖ *Ismi Dianty yang membantu memberikan dukungan dan selalu menemani,*
- ❖ *Teman-teman seperjuangan yang selalu gigih menvelesaikan KTI dengan*

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillahirobbil'alamin, segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan berkah, rahmat, dan hidayah-Nya. Sholawat dan salam penulis panjatkan kepada Rasulullah SAW beserta keluarga dan sahabatnya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul **"Efek Pemberian Seduhan Teh Hijau, Berenang, dan Gabungan Teh Hijau dengan Berenang Terhadap Perubahan Berat Badan dan Nafsu Makan pada Tikus Putih (*Rattus Norvegicus*) Obes "**.

Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini merupakan langkah awal penulis untuk melakukan penelitian lebih lanjut, dengan harapan penulis dapat lebih mudah, cepat, dan terarah dalam melakukan penelitian karena sudah mempunyai pola yang sistematis dalam pelaksanaannya. Adapun maksud penulis melakukan penelitian adalah memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini penulis tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak guna menyelesaikan kesulitan yang ada, baik berupa bimbingan, pengarahan, nasihat maupun dorongan moral. Untuk itu sudah sepantasnya penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan setinggi-

1. Allah SWT, yang telah memberikan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini,
2. dr. H. Erwin Santosa, Sp. A. M. Kes, selaku dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta,
3. drh. Zulkhah Noor, M. Kes, selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bantuan, bimbingan, pengarahan, nasihat, dan saran yang membangun dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini,
4. Bapak Yuli LPPT UGM, yang telah membantu proses penelitian ini,
5. Ayahanda dr. H. Edi Suharso dan ibunda dra. Kusmiati yang telah mendidik, membesarkan, memberikan doa, kasih sayang dan dukungan baik moril maupun materiil,
6. Adikku M. Imam Syukur Prakosa, yang selalu mendoakan dan mendukungku,
7. Teman-teman kelompok penelitian, Odhi Anggani dan Aditya Ganuarda yang selalu memberikan dukungan satu sama lain,
8. Semua pihak yang telah berperan aktif dalam memberikan saran dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan. Hal ini disebabkan karena keterbatasan kemampuan dan kurangnya pengetahuan yang ada pada penulis, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pembaca untuk kesempurnaan karya tulis ini. Akhirukallam penulis berharap, semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat dipergunakan dan bermanfaat bagi siapa saja

yang membutuhkan serta penelitian-penelitian ini dapat diteruskan lagi guna meningkatkan kualitas hidup masyarakat Indonesia.

Wassalamualikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 13 Januari 2010

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iii
HALAMAN MOTTO.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
INTISARI	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Perumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Hasil Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	
1. Fisiologi Lemak Makanan	9
a. Masuknya Lemak dari Makanan	9
b. Penyerapan Lemak.....	10
c. Pengangkutan dan Metabolisme Lemak.....	11
d. Pembongkaran Lemak	12
2. Obesitas.....	14
a. Definisi Obesitas.....	14
b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Obesitas....	15

c.	Diagnosis Obesitas.....	17
d.	Klasifikasi Obesitas Menurut WHO (2003)	19
e.	Komplikasi Obesitas.....	20
f.	Penatalaksanaan Obesitas	20
3.	Olahraga.....	21
a.	Definisi Olahraga.....	21
b.	Jenis Olahraga.....	22
4.	Teh	22
a.	Sejarah Teh di Indonesia	22
b.	Kandungan Kimia pada Daun Teh	24
c.	Klasifikasi Teh.....	25
d.	Macam-macam Teh	26
e.	Khasiat Teh.....	27
5.	Hubungan Teh Hijau dengan Penurunan Berat Badan dan Nafsu Makan.....	30
6.	Hubungan Olahraga dengan Penurunan Berat Badan dan Nafsu Makan.....	30
B.	Kerangka Konsep Penelitian.....	32
C.	Hipotesis Penelitian	33

BAB III METODE PENELITIAN

A.	Desain Penelitian	34
B.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	35
C.	Populasi dan Sampel Penelitian.....	35
D.	Kriteria Inklusi dan Eksklusi	36
E.	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	36
F.	Alat dan Bahan	39
G.	Cara Kerja.....	39
H.	Skema Langkah Kerja.....	41
I.	Analisa Data	41

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	42
B. Pembahasan	53

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	61
B. Saran	62

DAFTAR PUSTAKA.....	63
---------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Rata-rata Peningkatan Berat Badan dan Presentase Peningkatan Berat Badan Sebelum dan Setelah Proses Penggemukan.....	43
Tabel 4.2 Data Rata-rata Berat Badan (gram) dan Standar Deviasi Kelompok Penelitian Setiap Minggu (Rata-rata \pm SD)	44
Tabel 4.3 Rata-rata Perubahan Berat Badan (gram) Setelah 1 Minggu Perlakuan	45
Tabel 4.4 Rata-rata Perubahan Berat Badan (gram) Setelah 2 Minggu Perlakuan	46
Tabel 4.5 Rata-rata Perubahan Berat Badan (gram) Setelah 3 Minggu Perlakuan	47
Tabel 4.6 Perbandingan Perubahan Rata-rata Berat Badan Antar Kelompok Perlakuan dan Analisa Anova.....	49
Tabel 4.7 Data Rata-rata Sisa Pakan (gram) dan Standar Deviasi Setiap Kelompok (Rata-rata \pm SD).....	50
Tabel 4.8 Rata-rata Perubahan Sisa Pakan (gram) dan Standar Deviasi Setelah Perlakuan	52
Tabel 4.9 Perbandingan Perubahan Rata-rata Sisa Pakan Antar Kelompok Perlakuan dan Analisa Anova.....	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep Penelitian.....	32
Gambar 4.1 Rata-rata Berat Badan per Minggu (gram)	45
Gambar 4.2 Rata-rata Perubahan Berat Badan per Minggu (%)	48
Gambar 4.3 Rata-rata Sisa Pakan Sebelum dan Setelah Perlakuan.....	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Uji Statistik

Lampiran 2. Surat Keterangan Kelayakan Etika Penelitian