

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN PERILAKU PENGGUNAAN MINYAK GORENG DENGAN  
KADAR KOLESTEROL PADA IBU RUMAH TANGGA**

**Di RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo**



**Disusun Oleh:**

**NUR QOLIPAH**

**NIM. 19631820**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

**2023**

**HUBUNGAN PERILAKU PENGGUNAAN MINYAK GORENG DENGAN  
KADAR KOLESTEROL PADA IBU RUMAH TANGGA  
Di RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Mengikuti Seminar Tugas Akhir  
Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



**Disusun Oleh:**

**NUR QOLIPAH**

**NIM. 19631820**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

**2023**

**HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**HUBUNGAN PERILAKU PENGGUNAAN MINYAK GORENG DENGAN  
KADAR KOLESTEROL PADA IBU RUMAH TANGGA**

Nur Qolipah  
19631820

Ini telah disetujui pada tanggal: 13 Juli 2023

Oleh:  
Pembimbing I



**Laily Isro'in, S.Kep.,Ns., M.Kep**  
**NIDN.0704057002**

Pembimbing II



**Sri Andayani, S. Kep., Ns., M. Kep**  
**NIDN. 0711128601**

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



**Sulistyo Andarmoyo, S.Kep., Ns., M.Kes**  
**NIDN. 0715127903**

## HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI

Penelitian ini telah diuji dan dinilai oleh Panitia Penguji  
Pada Program S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Ponorogo  
Pada Tanggal 20 Juli 2023

### PANITIA PENGUJI

Ketua : Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep


Anggota: : 1. Siti Munawaroh, S.Kep., Ns., M.Kep

: 2. Sri Andayani, S. Kep., Ns., M. Kep



Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



  
Sulistyo Andarmoyo, S.Kep., Ns., M.Kes  
NIDN. 0715127903

## SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa penelitian ini merupakan hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun.

Ponorogo, 20 Juli 2023



Nur Qolipah  
NIM. 19631820



## ABSTRAK

### Hubungan Perilaku Penggunaan Minyak Goreng dengan Kadar Kolesterol pada Ibu Rumah Tangga di RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo

Nur Qolipah

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Ponorogo

E-Mail: [nurqolipah251@gmail.com](mailto:nurqolipah251@gmail.com)

Penggunaan minyak goreng untuk mengolah makanan yang dilakukan oleh ibu rumah tangga beberapa diantaranya digunakan lebih dari tiga kali. Pemakaian minyak goreng berulang kali menyebabkan terbentuknya kolesterol yang berbahaya bagi tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku penggunaan minyak goreng dengan kadar kolesterol pada ibu rumah tangga.

Penelitian ini menerapkan desain korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu 237 ibu rumah tangga dengan sampel sejumlah 40 ibu rumah tangga di RW 1 Dsn Krajan, Desa Sukorejo, Kecamatan Sukorejo, Kabupaten Ponorogo yang mengikuti Posbindu diperoleh melalui metode sampling *Simple Random Sampling*. Instrumen penelitian meliputi kuesioner dan alat ukur kolesterol (*easy touch*). Analisis data dilakukan dengan *chi-square test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 21 IRT memiliki perilaku yang buruk terhadap penggunaan minyak goreng (52,5%) dan 23 IRT memiliki kadar kolesterol tinggi (57,5%). Berdasarkan hasil uji *chi-square*, *pvalue* yaitu  $0,000 < 0,05$  sehingga disimpulkan bahwa  $H_1$  diterima, ada hubungan perilaku penggunaan minyak goreng dengan kadar kolesterol pada ibu rumah tangga di RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo.

Ibu rumah tangga diharapkan dapat memperbaiki perilakunya dalam mengolah makanan dengan minyak goreng maksimal 3x pemakaian. Ibu rumah tangga sebaiknya membatasi pemakaian minyak goreng yang dibutuhkan dalam sekali penggorengan sehingga tidak menyisakan minyak goreng jelantah. Selain itu, dalam penggunaan minyak goreng tidak boleh dicampurkan antara minyak goreng jelantah dengan minyak goreng yang baru, karena minyak goreng yang baru akan turun kualitasnya jika tercampur dengan kandungan minyak goreng jelantah yang telah rusak. Pengelolaan terhadap minyak jelantah dapat dialokasikan menjadi minyak daur ulang yang dapat dimanfaatkan untuk kegunaan lain selain mengolah makanan.

**Kata Kunci:** Minyak Goreng Jelantah, Ibu Rumah Tangga, Kolesterol

## ABSTRACT

### *Correlation between Cooking Oil Usage Behavior and Cholesterol Levels in Housewives at RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo*

**Nur Qolipah**

Faculty of Health Sciences, Muhammadiyah University of Ponorogo

E-Mail: [nurqolipah251@gmail.com](mailto:nurqolipah251@gmail.com)

*The use of cooking oil to process food by some housewives is used more than three times. The use of cooking oil repeatedly causes the formation of cholesterol which is harmful to the body. This study aims to determine the relationship between the behavior of using cooking oil and cholesterol levels in housewives.*

*This study applies a correlation design with a cross sectional approach. The population in this study were 237 housewives with a sample of 40 housewives in RW 1 Dsn Krajan, Sukorejo Village, Sukorejo District, Ponorogo Regency who participated in Posbindu obtained through the Simple Random Sampling sampling method. Research instruments include questionnaires and cholesterol measuring devices (easy touch). Data analysis was performed with the chi-square test.*

*The results showed that 21 housewives had bad behavior towards using cooking oil (52.5%) and 23 housewives had high cholesterol levels (57.5%). Based on the results of the chi-square test, the pvalue is  $0.000 < 0.05$  so it is concluded that H1 is accepted, there is a relationship between the behavior of using cooking oil and cholesterol levels in housewives in RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo.*

*Housewives are expected to be able to improve their behavior in processing food by using cooking oil a maximum of 3 times. Housewives should limit the use of cooking oil needed in one frying pan so as not to leave used cooking oil. In addition, when using used cooking oil, you should not mix used cooking oil with new cooking oil, because the quality of the new cooking oil will decrease if it is mixed with used cooking oil that has been damaged. Management of used cooking oil can be allocated to recycled oil which can be used for other uses besides processing food.*

**Keywords:** *Used Cooking Oil, Housewife, Cholesterol*

## KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kepada Allah SWT karena berkat rahmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Perilaku Penggunaan Minyak Goreng dengan Kadar Kolesterol pada Ibu Rumah Tangga di RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo” dapat diselesaikan dengan baik. Penyusunan skripsi ini tentunya tidak lepas dari bimbingan, sarana dan dukungan moral kepada saya, untuk itu saya sampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Happy Susanto, M.A Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi S1 Keperawatan.
2. Sulisty Andarmoyo, S.Kep.Ns.,M.Kes, selaku pejabat Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan ijin dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi ini.
3. Siti Munawaroh, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Kaprodi S1 Keperawatan yang telah memberikan kemudahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Laily Isro'in, S.Kep.,Ns., M.Kep selaku pembimbing 1 yang telah membina, menyediakan waktu, memberikan kritik tak lupa saran yang membangun serta tenaga dan pikiran untuk membimbing penulisan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Sri Andayani, S. Kep., Ns., M. Kep selaku pembimbing 2 yang telah membina, menyediakan waktu, memberikan kritik tak lupa saran yang membangun serta tenaga dan pikiran untuk membimbing penulisan dalam penyusunan skripsi ini.



6. Segenap dosen Program Studi S1 Keperawatan, Karyawan Tata Usaha untuk bantuan ilmu yang bermanfaat yang telah diajarkan.
7. Orang tua dan kedua kakak saya tercinta yang senantiasa memberikan doa, dukungan, dan motivasi setiap hari untuk menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu.
8. Muhammad Heri Darussalam yang senantiasa memberikan semangat serta dukungan sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
9. Sahabat sahabat saya yang luar biasa yang telah memotivasi dan membantu dalam proses mengerjakan skripsi ini.
10. Rekan-rekan mahasiswa S1 Keperawatan angkatan 2019 yang memberikan dukungan dan motivasinya

Meskipun telah berusaha menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik mungkin, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih ada kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari para pembaca guna menyempurnakan segala kekurangan dalam penyusunan skripsi ini.

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini berguna bagi para pembaca dan pihak lain yang berkepentingan.

Ponorogo, 20 Juli 2023

  
**Nur Qolipah**  
**NIM. 19631820**

## DAFTAR ISI

Sampul Luar .....	i
Sampul Dalam .....	ii
Halaman Persetujuan Pembimbing .....	iii
Halaman Penetapan Panitia Penguji.....	iv
Surat Pernyataan.....	v
Abstrak .....	vi
<i>Abstract</i> .....	vii
Kata Pengantar .....	viii
Daftar Isi .....	x
Daftar Tabel .....	xv
Daftar Gambar .....	xvi
Daftar Lampiran.....	xvii
BAB 1 Pendahuluan.....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	6
1.3 Tujuan Penelitian .....	6
1.3.1 Tujuan Umum .....	6
1.3.2 Tujuan Khusus .....	6
1.4 Manfaat Penelitian .....	7
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	7
1.4.2 Manfaat Praktis .....	7
1.5 Keaslian Penelitian.....	7

BAB 2 Tinjauan Pustaka.....	11
2.1 Konsep Perilaku .....	11
2.1.1 Definisi Perilaku.....	11
2.1.2 Domain Perilaku.....	13
2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku.....	14
2.1.4 Pembentukan Perilaku.....	17
2.1.5 Perubahan Perilaku.....	18
2.1.6 Klasifikasi Perilaku .....	19
2.1.7 Pengukuran Perilaku .....	20
2.2 Konsep Minyak goreng .....	23
2.2.1 Definisi Minyak Goreng .....	23
2.2.2 Sifat Minyak Goreng .....	25
2.2.3 Standar Mutu Minyak untuk Penggorengan .....	27
2.2.4 Definisi Minyak Goreng Jelantah .....	29
2.2.5 Komposisi dan Kandungan Minyak Goreng.....	30
2.2.6 Akibat Penggunaan Minyak Jelantah.....	31
2.3 Konsep Kolesterol.....	32
2.3.1 Definisi Kolesterol .....	32
2.3.2 Klasifikasi Kolesterol.....	33
2.3.3 Faktor yang Mempengaruhi Kadar Kolesterol.....	35
2.3.4 Komplikasi Kadar Kolesterol Tinggi .....	39
2.3.5 Pengukuran Kadar Kolesterol .....	40
2.3.6 Cara Mengendalikan Kadar Kolesterol.....	42

2.4 Konsep Ibu Rumah Tangga.....	46
2.4.1 Definisi Ibu Rumah Tangga .....	46
2.4.2 Peran Ibu Rumah Tangga.....	47
2.5 Kerangka Teori.....	50
BAB 3 Kerangka Konseptual dan Hipotesis Penelitian.....	51
3.1 Kerangka Konseptual .....	51
3.2 Hipotesis Penelitian.....	52
BAB 4 Metode Penelitian .....	53
4.1 Desain Penelitian.....	53
4.2 Kerangka Operasional .....	54
4.3 Populasi, Sampel, Sampling.....	55
4.3.1 Populasi .....	55
4.3.2 Sampel.....	55
4.3.3 Sampling .....	56
4.4 Variabel Penelitian .....	56
4.4.1 Variabel Independen .....	56
4.4.2 Variabel Dependen.....	56
4.4.3 Definisi Operasional.....	57
4.5 Instrumen Penelitian.....	58
4.6 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	59
4.6.1 Lokasi Penelitian .....	59
4.6.2 Waktu Penelitian .....	59
4.7 Prosedur Pengumpulan Data dan Analisis Data.....	60
4.7.1 Prosedur Pengumpulan Data .....	60



4.7.2 Analisis Data .....	62
4.8 Etika Penelitian .....	70
<b>BAB 5 Hasil Penelitian dan Pembahasan .....</b>	<b>72</b>
5.1 Gambaran Lokasi Penelitian .....	72
5.2 Keterbatasan Penelitian .....	73
5.3 Hasil Penelitian .....	73
5.3.1 Data Umum .....	73
5.3.2 Data Khusus .....	76
5.4 Pembahasan .....	77
5.4.1 Perilaku Penggunaan Minyak Goreng pada Ibu Rumah Tangga di RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo .....	78
5.4.2 Kadar Kolesterol Ibu Rumah Tangga yang Menggunakan Minyak Goreng di RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo .....	82
5.4.3 Hubungan Perilaku Penggunaan Minyak Goreng Terhadap Kadar Kolesterol Ibu Rumah Tangga di RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo .....	88
<b>BAB 6 Kesimpulan dan Saran .....</b>	<b>93</b>
6.1 Kesimpulan .....	93
6.2 Saran .....	94
Daftar Pustaka .....	95
Lampiran .....	101

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Standar Mutu Minyak Goreng berdasarkan SNI 01-3741-2013.....	28
Tabel 2.2	Standar Mutu Minyak Goreng Sawit berdasarkan SNI 01-7709-2012.....	29
Tabel 2.3	Komposisi Asam Lemak di Dalam Minyak Bunga Matahari, Minyak Kedelai, dan Minyak Jelantah.....	31
Tabel 2.4	Mutu Minyak Jelantah.....	31
Tabel 2.5	Klasifikasi Kadar Kolesterol.....	35
Tabel 4.1	Definisi Operasional.....	57
Tabel 5.1	Karakteristik Responden berdasarkan Usia di RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo.....	73
Tabel 5.2	Karakteristik Responden berdasarkan Pendidikan di RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo.....	74
Tabel 5.3	Karakteristik Responden berdasarkan Riwayat Keluarga dengan Hiperkolesterolemia di RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo.....	74
Tabel 5.4	Karakteristik Responden berdasarkan Menggunakan Minyak Goreng >3x di RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo.....	75
Tabel 5.5	Karakteristik Responden berdasarkan Olahraga di RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo.....	75
Tabel 5.6	Karakteristik Responden berdasarkan Obesitas di RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo.....	76
Tabel 5.7	Perilaku Penggunaan Minyak Goreng pada Ibu Rumah Tangga RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo.....	76
Tabel 5.8	Kadar Kolesterol Ibu Rumah Tangga yang Menggunakan Minyak Goreng di RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo.....	77

Tabel 5.9 Hubungan Perilaku Penggunaan Minyak Goreng terhadap Kadar Kolesterol pada Ibu Rumah Tangga RW 1 Dsn. Krajan, Ds. Sukorejo, Kec. Sukorejo, Kab. Ponorogo .....



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Teori Kerangka Teori Hubungan Perilaku Penggunaan Minyak Goreng dengan Kadar Kolesterol pada Ibu Rumah Tangga .....	50
Gambar 3.1	Kerangka Konseptual Hubungan Perilaku Penggunaan Minyak Goreng dengan Kadar Kolesterol pada Ibu Rumah Tangga .....	51
Gambar 4.1	Kerangka Operasional Hubungan Perilaku Penggunaan Minyak Goreng dengan Kadar Kolesterol pada Ibu Rumah Tangga .....	54





## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Penjelasan Sebelum Penelitian .....	101
Lampiran 2. <i>Informed Consent</i> .....	109
Lampiran 3. Surat Permohonan Data Awal .....	110
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian BAKESBANGPOL.....	112
Lampiran 5. Kisi-kisi Kuesioner Perilaku Penggunaan Minyak Goreng.....	113
Lampiran 6. Lembar Observasi Data Demografi.....	114
Lampiran 7. Kuesioner.....	115
Lampiran 8.SOP Pemeriksaan Kolesterol.....	117
Lampiran 9. Surat Penanggung Jawab Pengambilan Sampel Darah .....	119
Lampiran 10. Tabulasi Data.....	120
Lampiran 11. Uji Statistik.....	125
Lampiran 12. Hasil Uji Validitas .....	130
Lampiran 13. Hasil Uji Reliabilitas .....	134
Lampiran 14. Hasil Uji Etik.....	135
Lampiran 15. Bukti Plagiasi.....	136
Lampiran 16. Dokumentasi.....	137
Lampiran 17. Logbook.....	139