

ABSTRACT

THE EFFECT OF DAUD FASTING HABIT'S ON LIPID PROFIL OF UNIDA GONTOR STUDENTS

Suci Dwi Nofa Syahputri
3720167181489

Darussalam Gontor University (Unida Gontor) is a pesantren-based university that requires its students to live in a dormitory for 24 hours. The Unida Gontor students had a good habit of Daud fasting. Daud fasting is fasting which is done by carrying out one day of fasting and one day of not fasting in succession. Students who have the habit of Daud fasting do lipid profile checks to determine the effect of Daud fasting habits on lipid profile levels in Unida Gontor students. This research is an experimental study by conducting lipid profile examination. The checks carried out include examining LDL, HDL, total cholesterol and triglycerides. This research was conducted in the fasting group 1-6 months, 7-12 months, 13-18 months and those who did not fast. The number of subjects studied was 7 people per group with a total of 28 subjects. Method of measuring lipid profile levels using the POCT method. To determine the effect of Daud fasting with lipid profile levels, the One Way Anova test was used with data values that were normally distributed and Kruskal Wallis with values that were not normally distributed. The results of this study show the following values, for LDL data $p = 0.888$ ($p > 0.05$), HDL $p = 0.169$ ($p > 0.05$) and total cholesterol $p = 0.662$ ($p > 0.05$) which means Daud fasting is said to have no significant effect on LDL and HDL levels and total cholesterol. Whereas in the Kruskal Wallis test for triglyceride data, the effect of Daud fasting habits on triglyceride levels showed a value of $p = 0.660$ ($p > 0.05$) meaning that Daud fasting was said to have no significant effect on triglyceride levels. From this study it can be concluded that Daud fasting habit causes the average lipid profile (LDL, HDL, triglycerides and total cholesterol) to show optimal level although statistically shows no significant results.

Keywords: Daud fasting, lipid profile level, Unida Gontor student

ABSTRAK

PENGARUH KEBIASAAN PUASA DAUD TERHADAP PROFIL LIPID PADA MAHASISWA UNIDA GONTOR

Suci Dwi Nofa Syahputri
3720167181489

Universitas Darussalam Gontor (Unida Gontor) merupakan universitas berbasis pesantren yang mewajibkan para mahasiswinya tinggal di lingkungan asrama dalam waktu 24 jam penuh. Para mahasiswi Unida Gontor memiliki suatu kebiasaan yang baik yakni berpuasa Daud. Puasa Daud merupakan puasa yang dilakukan dengan menjalankan satu hari berpuasa dan satu hari tidak puasa selama berturut-turut. Mahasiswi yang memiliki kebiasaan berpuasa Daud dilakukan pemeriksaan profil lipid untuk mengetahui pengaruh dari kebiasaan puasa Daud terhadap kadar profil lipid pada mahasiswi Unida Gontor. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental dengan melakukan uji pemeriksaan profil lipid. Pemeriksaan yang dilakukan diantaranya pemeriksaan LDL, HDL, kolesterol total dan trigliserida. Penelitian ini dilakukan pada kelompok puasa 1-6 bulan, 7-12 bulan, 13-18 bulan dan yang tidak berpuasa. Jumlah subjek yang diteliti sebanyak 7 orang setiap kelompok dengan jumlah keseluruhan 28 subjek. Untuk menentukan pengaruh puasa Daud dengan kadar profil lipid, digunakan uji One Way Anova dengan nilai data yang terdistribusi normal dan Kruskal Wallis dengan nilai yang tidak terdistribusi normal. Hasil dari penelitian ini menunjukkan nilai sebagai berikut, untuk data LDL $p=0,888$ ($p >0,05$), HDL $p=0,169$ ($p >0,05$) dan kolesterol total $p=0,662$ ($p >0,05$) yang artinya puasa Daud dikatakan tidak berpengaruh signifikan terhadap kadar LDL dan HDL dan kolesterol total. Sedangkan pada uji Kruskal Wallis untuk data trigliserida, pengaruh kebiasaan puasa Daud terhadap kadar trigliserida menunjukkan nilai $p=0,660$ ($p >0,05$) artinya puasa Daud dikatakan tidak berpengaruh signifikan terhadap kadar trigliserida. Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kebiasaan puasa daud menyebabkan rata-rata profil lipid (LDL, HDL, trigliserida dan kolesterol total) menunjukkan angka normal meskipun secara statistik menunjukkan hasil yang tidak signifikan.

Kata kunci: Puasa Daud, kadar profil lipid, mahasiswi Unida Gontor