

KARYA TULIS ILMIAH
GAMBARAN KADAR TRIGLISERIDA
PADA PEGAWAI PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN
PROVINSI BENGKULU TAHUN 2026



DISUSUN OLEH:

RATU ARSELA BALQIS
NIM : P01750123105

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU
JURUSAN ANALIS KESEHATAN
TAHUN 2026

HALAMAN JUDUL

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN KADAR TRIGLISERIDA
PADA PEGAWAI PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN
PROVINSI BENGKULU TAHUN 2026**

**“Diajukan Sebagai Salah Satu Untuk Memperoleh Gelar Diploma (DIII)
Program Studi Teknologi Laboratorium Medik
Poltekkes Kemenkes Bengkulu”**



**Kemenkes
Poltekkes Bengkulu**

DISUSUN OLEH :

**RATU ARSELA BALQIS
NIM : P01750123105**

**PROGRAM STUDI DIII TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIS
JURUSAN ANALIS KESEHATAN
POLTEKKES KEMENKES BENGKULU
TAHUN 2025/2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah Dengan Judul :

**GAMBARAN KADAR TRIGLISERIDA PADA PEGAWAI
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN
PROVINSI BENGKULU**

Yang Dipersiapkan dan Dipresentasikan Oleh :

RATU ARSELA BALQIS

NIM : P01750123105

**Karya Tulis Ilmiah ini telah diperiksa dan disetujui
untuk dipresentasikan dihadapan Tim Penguji
Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Prodi DIII Teknologi Laboratorium Medis
Tanggal : 11 Juni 2026**

Oleh :

Dosen Pembimbing Karya Tulis Ilmiah

Pembimbing



Dr. Halimah, S.Si., MKM

NIP. 19680312000032001

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah Dengan Judul:

**GAMBARAN KADAR TRIGLISERIDA PADA PEGAWAI
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN PROVINSI BENGKULU**

Disusun Oleh:

RATU ARSELA BALQIS

NIM : P01750123105

**Telah Diuji dan Dipertahankan Di hadapan Tim Penguji
Karya Tulis Ilmiah Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Prodi DIII Teknologi Laboratorium Medis
Pada tanggal : 18 Juni 2026
Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima**

Tim Penguji

Ketua Dewan Penguji



Jon Farizal, SST., M.Si.Med

NIP. 197706152002121004

Penguji I



Wiwit Sulistyamsi, S.S.T., M.Imun

NIP. 199702052024040001

Penguji II



Dr. Halimah, S.Si., MKM

NIP. 196803012000032001

Mengesahkan,

**Ka. Prodi D III Teknologi Laboratorium Medis
Poltekkes Kemenkes Bengkulu**



Teddy Febrivanto, SST., M.Bmd

NIP.198302202008041002

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Ratu Arsela Balqis

NIM : P01750123105

Judul KTI : Gambaran Kadar Trigliserida Pada Pegawai Perpustakaan
dan Kearsipan Provinsi Bengkulu

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa penelitian ini adalah betul-betul hasil karya saya dan bukan hasil penjiplakan dari hasil karya orang lain. Dengan demikian pernyataan ini apabila suatu hari nanti terbukti dalam penelitian ini ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, 15 Juni 2026

Yang menyatakan



R. Aulis

MOTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Just do it.”

PERSEMBAHAN

Dengan Mengucapkan Alhamdulillah Robbi Alaminn, segala puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, karunia dan kekuatan kepada penulis untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Dengan segenap rasa cinta dan kasih, penulis persembahkan karya tulis ini untuk:

1. Kedua orangtuaku tersayang, Ayah dan Bunda yang telah memberikan kasih dan sayang, dukungan tanpa henti serta doa yang tak pernah putus. Terima kasih karna selalu mengusahakan, mempercayai dan menghargai setiap keputusan penulis. Terima kasih selalu menanamkan keyakinan bahwa penulis mampu menghadapi rintangan yang ada di depan sekaligus melantikkan doa yang selalu menaungi dimana pun penulis berada. Tanpa kehadiran kalian, pencapaian ini tidak mungkin terwujud. Karya Tulis Ilmiah ini bukan hanya hasil dari akademik, tetapi juga perjuangan panjang yang kalian tempuh bersama penulis. Penulis berharap dengan terselesainya Karya Tulis Ilmiah ini dapat menjadi persembahan sederhana yang menggambarkan betapa berharganya setiap perjuangan dan kasih sayang yang kalian berikan. Semoga Allah SWT senantiasa memberkahi Ayah dan Bunda dengan kesehatan, kebahagiaan, keberkahan

dan umur panjang untuk terus menyertai penulis meraih hal baik selanjutnya.

2. Saudara kandungku, terima kasih selalu ada menemani dan menerima semua kritik dan saran sebagai kakak tertua dari 3 bersaudara.
3. Pembimbing akademik mam Ade Sissca Villia, S.Pd., MA yang sudah membimbing dan membantu, terima kasih pula kepada seluruh dosen Analis Kesehatan beserta civitas atas segala ilmu dan arahnya.
4. Dosen pembimbing bunda Dr. Halimah, S.Si., MKM, terima kasih atas semua bimbingan dan arahan yang begitu baik dan kekeluargaan, seluruh masukan dalam proses penyusunan dan penyelesaian KTI ini, sehat selalu dosen terbaikku.
5. Dosen penguji, bapak Jon Farizal, SST., M.Si.Med, dan bunda Wiwit Sulistyasmi, S.S.T., M.Imun, terima kasih atas semua masukan terbaik dalam proses menuju sempurnanya KTI ini.
6. Pendampingku, Perdi, terima kasih atas semua bala bantuan, energy, dan waktu yang diluangkan demi menjadi *support system* dan membantu menuntaskan lembar demi lembar KTI ini.
7. Sahabatku "*Home Child*" Rika, dan Chindi terima kasih telah bertumbuh bersama melewati 10+ tahun fase kehidupan, selalu setia menemani, menerima kurang satu sama lain dan mendengar keluh kesah yang tidak ada habisnya.
8. Sahabatku "*ciwi ciwi Amd.Kes*" Rara, Caca, Sugi, Bunga, Tika, terima kasih telah menemani suka duka selama 3 tahun, saling membantu dan

menjadi bahu sandaran selama kuliah di kampus yang sama menuju gelar yang sama. Terima kasih sudah menjadi bagian di dunia perkuliahanku.

9. Keluarga asuhku, terima kasih atas kebersamaannya sebagai “keluarga kedua” di kampus, terus saling dukung satu sama lain dan mendoakan akhir yang baik untuk kita semua.
10. HMJ Analis Kesehatan periode 2024-2025, terima kasih untuk 2 tahun kepengurusan yang berharga kepada kakak yunda serta rekan rekan yang telah berjuang bersama menyukseskan ormawa ini. Terima kasih atas semua waktu dan pengalaman yang luar biasa dan kebersamaan yang kekeluargaan.
11. Angkatan TLM tahun 2023, terimakasih telah sama sama berjuang selama 3 tahun perkuliahan hingga akhirnya kita bisa lulus bersama menuju masa depan yang lebih jauh membawa Almamater kebanggaan Poltekkes kemenkes Bengkulu.
12. Dan terakhir, special untuk diriku sendiri, Ratu Arsela Baqis. Terima kasih karena telah bertahan, menolak menyerah, dan membuktikan diri sendiri bahwa aku bisa sampai sejauh ini. Terima kasih sudah menolak runtuh dan menunjukkan kepada semua orang bahwa tak ada ketakutan yang mampu memblokir masa depan.

ABSTRAK

Latar Belakang: Kurangnya aktivitas fisik dan pola kerja sedentari dapat meningkatkan risiko gangguan metabolisme lipid, salah satunya peningkatan kadar trigliserida. Pegawai perpustakaan dan kearsipan termasuk kelompok pekerja yang sebagian besar aktivitasnya dilakukan dalam posisi duduk dalam waktu lama sehingga berisiko mengalami peningkatan kadar trigliserida. Selain itu, kebiasaan konsumsi makanan tinggi lemak dan rendah aktivitas fisik dapat memperburuk metabolisme lemak dalam tubuh dan meningkatkan risiko terjadinya hipertrigliseridemia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kadar trigliserida, jenis kelamin, status gizi, kebiasaan konsumsi makanan, serta usia pada pegawai Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Provinsi Bengkulu Tahun 2026.

Metode: Desain penelitian ini deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian berjumlah 41 pegawai Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Provinsi Bengkulu yang dipilih dari total populasi 82 orang. Pemeriksaan kadar trigliserida dilakukan menggunakan metode enzimatik kolorimetri (GPO-PAP) dengan alat spektrofotometer kebiasaan makanan diukur menggunakan FFQ.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh responden memiliki kadar trigliserida normal sebanyak 38 orang (92,7%), sedangkan kadar trigliserida tinggi ditemukan pada 3 orang (7,3%). Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (70,73%) dengan rata-rata usia 46,56 tahun. Status gizi responden sebagian besar berada pada kategori normal dan overweight, serta frekuensi konsumsi makanan sebagian besar termasuk kategori sering makan makanan berlemak.

Kesimpulan: Sebagian besar pegawai Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Provinsi Bengkulu memiliki kadar trigliserida dalam kategori normal. Pada pegawai disarankan melakukan aktivitas fisik ringan secara berkala di sela pekerjaan, mengurangi durasi duduk terlalu lama, serta menerapkan pola makan rendah lemak untuk menjaga kadar trigliserida tetap normal.

Kata Kunci: *Trigliserida, Pegawai Perpustakaan, makanan berlemak.*

ABSTRACT

Background: Lack of physical activity and sedentary work patterns can increase the risk of lipid metabolism disorders, one of which is elevated triglyceride levels. Library and archival employees are included in the group of workers whose activities are mostly carried out in a sitting position for long periods, thereby increasing the risk of elevated triglyceride levels. In addition, the habit of consuming high-fat foods and low physical activity can worsen fat metabolism in the body and increase the risk of hypertriglyceridemia. This study aimed to determine the distribution of triglyceride levels, gender, nutritional status, dietary habits, and average age among employees of the Bengkulu Provincial Library and Archives Office in 2026.

Methods: This study used a descriptive analytic design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 41 employees of the Bengkulu Provincial Library and Archives Office selected from a total population of 82 employees. Triglyceride levels were measured using the enzymatic colorimetric method (GPO-PAP) with a spectrophotometer.

Results: The results showed that most respondents had normal triglyceride levels, namely 38 people (92.7%), while high triglyceride levels were found in 3 people (7.3%). Most respondents were female (70.73%) with an average age of 46.56 years. Most respondents had normal and overweight nutritional status, and the frequency of food consumption was mostly categorized as frequent consumption of fatty foods.

Conclusion: Most employees of the Bengkulu Provincial Library and Archives Office had normal triglyceride levels

Suggestion: Employees are advised to perform light physical activities regularly during work breaks, reduce prolonged sitting duration, and implement a low-fat diet to maintain normal triglyceride levels.

Keywords: *Triglycerides, Library Employees, fatty foods.*

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan judul **“Gambaran Kadar Trigliserida pada Pegawai Perpustakaan dan Kearsipan Provinsi Bengkulu”**.

Dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini penulis banyak mendapat bantuan baik materil maupun moril dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Linda, SST, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
2. Bapak Sahidan, S.Sos, M.Kes selaku Ketua Jurusan DIII Analis Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
3. Bapak Tedy Febrianto, SST., M.Bmd selaku Ka. Prodi DIII Teknologi Laboratorium Kesehatan Jurusan Analis Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
4. Ibu Dr.Halimah, S.Si, MKM selaku Pembimbing Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan arahan dan bimbingannya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan lancar.
5. Orang tua serta teman teman yang memberikan dukungan dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah.
6. Seluruh dosen dan Civitas Akademika Prodi DIII Analis Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang telah memberikan masukan kepada penyusun dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

7. Dan lain-lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis sadar akan kekurangan dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan karya tulis ilmiah ini.

Bengkulu, 15 Juni 2026

Penulis



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A.LatarBelakang	1
B.RumusanMasalah	5
C.TujuanPenelitian.....	5
D.ManfaatPenelitian	6
E.KeaslianPenelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A.Trigliserida	8
B.PegawaiPerpustakaan	14
C.Hubungan Pegawai Perpustakaan dan Kadar Trigliserida	16
BAB III METODE PENELITIAN	18
A.Jenis dan Desain Penelitian.....	18
B.Variabel Penelitian	18
C.Definisi Oprasional	18
D.Populasi dan Sampel	19
E.Tempat dan Waktu Penelitian	20
F.Pelaksanaan Penelitian.....	20
G.Pengelola Data	23

H. Analisa Data	24
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	25
A. Jalannya Penelitian.....	25
B. Hasil Penelitian	26
C. Pembahasan	28
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	33
A. Kesimpulan	33
B. Saran.....	33
DAFTAR PUSTAKA	35
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 1.2 Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 2.1 Nilai Normal Kadar Trigliserida Berdasarkan KIT	10
Tabel 3.1 Definisi Oprasional... ..	18
Tabel 3.2 Perbandingan Blanko, Standar, dan Sampel	22
Tabel 3.3 Nilai Normal Kadar Trigliserida Laki-laki dan Perempuan Berdasarkan KIT	23
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Kadar Trigliserida Pada Pegawai Perpustakaan dan Kearsipan Provinsi Bengkulu.....	26
Tabel 4.2 Distribusi Jenis Kelamin Pada Pegawai Perpustakaan dan Kearsipan Provinsi Bengkulu.....	26
Tabel 4.3 Rata-rata Usia Pegawai Perpustakaan dan Kearsipan Provinsi Bengkulu.....	26
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Status Gizi Pegawai Perpustakaan dan Kearsipan Provinsi Bengkulu.....	27
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Konsumsi Makanan Pegawai Perpustakaan dan Kearsipan Provinsi Bengkulu.....	27