

# Pengaruh pemberian minuman teh hijau terhadap kadar trigliserida darah postprandial mahasiswi usia 19-24 tahun di rsu kabupaten Tangerang = The effect of green tea consumption on postprandial blood triglycerides of college student girls age 19-24 years old at RSU kabupaten Tangerang

Trismiyanti, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20392635&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Kadar trigliserida (TG) darah postprandial yang tinggi merupakan satu faktor risiko terjadinya penyakit kardiovaskular. Minuman teh hijau dapat membantu menurunkan peningkatan kadar TG darah postprandial melalui penghambatan absorpsi lemak di lumen usus. Penelitian ini bertujuan mengetahui perbedaan perubahan kadar TG darah postprandial antara kelompok perlakuan (KP) yang mendapat makanan tinggi lemak dan 200 mL minuman teh hijau (7328,29 mg katekin) dibandingkan dengan kelompok kontrol (KK) yang mendapatkan makanan tinggi lemak dan air putih (0 mg katekin), merupakan uji klinis dengan desain paralel, alokasi acak, tersamar tunggal, dilakukan terhadap 40 orang mahasiswi sehat. Data yang diperoleh meliputi karakteristik subjek serta kadar trigliserida darah puasa, dua, dan empat jam postprandial.

Analisis data menggunakan uji t tidak berpasangan. Rerata usia subjek penelitian adalah 20 tahun dengan rerata IMT subjek termasuk kategori normal untuk Asia Pasifik. Kadar TG darah empat jam postprandial pada KP didapatkan lebih rendah ( $88,26 \pm 23,47$  mg/dL) secara signifikan ( $p = 0,03$ ) dibandingkan KK ( $107,84 \pm 30,49$  mg/dL). Perubahan kadar TG darah empat jam postprandial kedua kelompok juga terdapat perbedaan bermakna ( $p = 0,02$ ), pada KP  $18,26 \pm 12,75$  mg/dL sedangkan KK  $33,05 \pm 22,86$  mg/dL. Dari penelitian ini disimpulkan bahwa peningkatan kadar TG darah empat jam postprandial didapatkan lebih rendah pada subjek yang mengonsumsi minuman teh hijau dibandingkan air putih.

.....The elevated level of postprandial blood triglycerides (TG) may be a risk factor for cardiovascular disease. Green tea catechins is believed to lower the postprandial blood TG level by inhibiting intestinal absorption of dietary fat. The aim of this study was to evaluate the changes of two and four hours postprandial blood TG levels after given high fat meal with green tea beverage (738,29 mg catechins) compared with water (0 mg catechins) in healthy college student girls. This is a clinical trial with a parallel design, randomized allocation, single blind study conducted on 40 healthy college student girls. Data obtained include subject characteristics, blood TG levels, that were assessed before treatment, two and four hours after.

The statistical analyses used independent t-test. The mean age of study subject is 20 years with a mean BMI of subjects fall in to normal category for the Asia Pacific region. Concentrations of four hours postprandial blood TG in green tea group (treatment) is  $88,26 \pm 23,47$  mg/dL and in water group (control) is  $107,84 \pm 30,49$  mg/dL. There is significantly different in both groups ( $p = 0,03$ ). Changes of four hours postprandial blood TG in both groups is also significantly different ( $p = 0,02$ ) which is in treatment group is  $18,26 \pm 12,75$  mg/dL and  $33,05 \pm 22,86$  mg/dL in control group. This study suggests that the increase in blood TG levels obtained four hours postprandial were lower in subjects who consumed tea beverage than plain water.