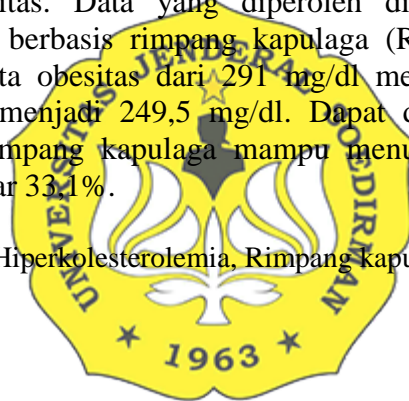


RINGKASAN

Obesitas merupakan kondisi kelebihan akumulasi lemak pada jaringan adiposa. Seseorang diindikasikan obesitas apabila Indeks Masa Tubuh (IMT) di atas 25 kg/m^2 . Obesitas dapat menyebabkan terjadinya gangguan sistem metabolik berupa hiperkolesterolemia, yang dalam jangka panjang dapat berkembang menjadi aterosklerosis. Salah satu bahan alami yang dapat dimanfaatkan sebagai penurun kadar kolesterol yaitu rimpang kapulaga. Rimpang kapulaga mengandung senyawa antioksidan flavonoid yang mampu memperbaiki fungsi endotel pembuluh darah, dapat mengurangi kepekaan LDL terhadap radikal bebas dan diyakini dapat mencegah perkembangan aterosklerosis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas rimpang kapulaga dalam menurunkan kadar kolesterol pada wanita obesitas. Rancangan percobaan yang digunakan berupa Rancangan Acak Lengkap (RAL) dengan metode eksperimental. Subyek 20 wanita lansia, hiperkolesterolemia dan obesitas, dibagi 2 secara acak, masing-masing 10 orang. Kelompok 1 (R_1), diberi minuman rimpang kapulaga, sedangkan kelompok 2 (R_0) diberi placebo, selama 1 bulan. Variabel yang diamati dalam penelitian adalah variabel tergantung berupa kadar kolesterol sedangkan variabel bebasnya minuman berbasis rimpang kapulaga dan placebo. Parameter utama dari penelitian ini yaitu kadar kolesterol plasma wanita obesitas. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji T. Pemberian minuman berbasis rimpang kapulaga (R_1) mampu menurunkan kadar kolesterol pada wanita obesitas dari 291 mg/dl menjadi 194,7 mg/dl, sedangkan R_0 dari 276,9 mg/dl menjadi 249,5 mg/dl. Dapat disimpulkan bahwa pemberian minuman berbasis rimpang kapulaga mampu menurunkan kadar kolesterol pada wanita obesitas sebesar 33,1%.

Kata kunci: Obesitas, Hiperkolesterolemia, Rimpang kapulaga, *Amomum cardamomum*



SUMMARY

Obesity is a condition of excess fat accumulation in adipose tissue. Someone is indicated as obesity if the Body Mass Index (BMI) is above $25 \text{ kg} / \text{m}^2$. Obesity can caused interference metabolic system like hypercholesterolemia. In the long term of hypercholesterolaemia, it can caused an atherosclerosis. One of the natural ingredient that may be used as a reducer of cholesterol is a cardamom rhizome. Cardamom rhizome contains flavonoid antioxidant compounds that can improve endothelial function of blood vessels, can reduce the sensitivity of LDL to free radicals and is believed to prevent the development of atherosclerosis. This study aims to determine the effect of giving intake rhizome cardamom to lower cholesterol levels in obese women. The experimental design used was Completely Randomized Design (RAL) with experimental method. 20 Subjects of elderly women, hypercholesterolaemia and obesity, divided by 2 randomly, each 10 people. Group 1 (= R1), given drinks based on rhizome cardamom, while group 2 (R₀) was given placebo, for 1 month. The observed variable in the study consisted of the dependent variable (cholesterol levels) and the free variable (the form of drinks based on cardamom and placebo rhizomes). The main parameter of this research was the measure of plasma cholesterol level in obese woman. T-test results showed that rhizome-based beverages (R1) can reduce cholesterol levels in obese women from average cholesterol levels of 291 mg / dl to 194.7 mg / dl, while R₀ can reduce of 276,9 mg / dl to 249,5 mg / dl, it can be concluded that giving drinks based on rhizome cardamom can reduced cholesterol levels of obese women amounted to 33.1%.

Key word: Obesity, Hypercholesterolemia, Cardamom rhizome, *Amomum cardamomum*.

