

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Hiperkolesterolemia merupakan salah satu tanda gangguan metabolisme lipid. Gangguan metabolisme tersebut ditandai dengan peningkatan kolesterol low density lipoprotein atau LDL dan diikuti dengan penurunan kadar High Density Lipoprotein (HDL) darah (Bhatnagar, 2008). Berdasarkan data Perhimpunan Endokrinologi Indonesia (PERKENI) tahun 2015 populasi dengan kadar kolesterol 240 mg/dl diperkirakan 31,9 juta orang (13,8%) dari populasi. Riskesdas 2013 menunjukkan 35,9% dari penduduk Indonesia yang berusia  $\geq 15$  tahun dengan kadar kolesterol abnormal (berdasarkan NCEP ATP III dengan kadar kolesterol  $\geq 200$  mg/dl). Hasil Riskesdas tahun 2013 proporsi penduduk Indonesia dengan kadar kolesterol total di atas normal lebih tinggi pada perempuan (39,6%) dibandingkan pada laki-laki (30,0%).

Peningkatan kadar kolesterol disebabkan oleh beberapa faktor. Hasil penelitian menyebutkan faktor yang dapat mempengaruhi kadar kolesterol dalam darah antara lain usia, berat badan, pola makan, aktivitas fisik, merokok, dan keturunan. Salah satu faktor penyebab hiperkolesterolemia yaitu perubahan gaya hidup masyarakat menyebabkan terjadinya pergeseran atau perubahan pola penyakit menular menjadi penyakit tidak menular atau penyakit degeneratif. Penyakit-penyakit degeneratif yang mengakibatkan tingginya angka kematian adalah hipertensi, penyakit kardiovaskuler, stroke, kolesterol dan diabetes (Kustiyah dkk, 2015).

Kecenderungan pola konsumsi makanan berlemak, kolesterol, dan gorengan pada penduduk Indonesia lebih dari atau sama dengan satu kali per hari (40,7%). Lima provinsi tertinggi dengan perilaku konsumsi makanan berlemak yaitu provinsi Jawa Tengah (60,3%), DI Yogyakarta (50,7%), Jawa Barat (50,1%), Jawa Timur (49,5%), dan Banten sebanyak 48,8% (RISKESDAS, 2013). Berdasarkan penelitian (Septianggi, dkk. 2013) terdapat hubungan positif antara asupan lemak dengan kadar kolesterol pada pasien penyakit jantung koroner RSUD Tugurejo Semarang.

Berat badan menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya peningkatan kadar kolesterol dalam darah atau hiperkolesterolemia. Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa pria dan wanita dari berbagai kelompok umur mengalami kenaikan kadar kolesterol total dengan meningkatnya IMT (Ecol, 2008). Peningkatan IMT berlebih atau obesitas mengindikasikan cukup banyak lemak yang tersimpan dalam tubuh serta dapat dipastikan akan ada lemak yang ditemukan dalam darah (Nugraha, 2014).

Perubahan pola konsumsi pangan di Indonesia menyebabkan berkurangnya konsumsi sayuran dan buah-buahan hampir di semua provinsi di Indonesia. Rata-rata konsumsi serat pangan penduduk adalah 10,5 gram perhari. Angka ini menunjukkan bahwa penduduk Indonesia baru memenuhi kebutuhan seratnya sekitar sepertiga dari kebutuhan ideal sebesar 30 gram setiap hari (Rahmah, 2017). Suatu bahan pangan yang direkomendasikan dalam mengontrol kadar lipid darah adalah serat. Menurut Sudiarti & Indrawani (2007), serat merupakan komponen suatu bahan pangan yang tidak dapat dicerna secara enzimatik oleh enzim-enzim pencernaan. Serat berfungsi untuk menurunkan kadar kolesterol darah khususnya serat larut air.

Makanan yang mengandung serat dapat menurunkan kadar kolesterol LDL (Low Density Lipoprotein) sebesar 13.61%, kolesterol total 10.37%, trigliserida sebesar 13.53% serta meningkatkan kolesterol HDL (High Density Lipoprotein) sebesar 3.2% (Orviyanti 2012). Sedangkan menurut Dewi SS tahun 2015 tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan serat dengan kadar kolesterol pada pasien PJK rawat jalan di RSUD Dr. Moewardi.

Puskesmas Cipageran merupakan puskesmas yang bertempat di Jl. Bobojong No.148, RT.05/ RW.15, Cipageran, Kecamatan Cimahi Utara Kota Cimahi. Puskesmas Cipageran merupakan salah satu puskesmas yang berada di wilayah Kecamatan Cimahi Utara yang memiliki fasilitas pelayanan pemeriksaan kolesterol dan jumlah pasien yang memeriksakan kadar kolesterol total cukup banyak. Pada tahun 2015 jumlah pasien yang memeriksakan kadar kolesterol total di Puskesmas Cipageran sebanyak 570 orang. Penelitian Lestari tahun 2015 menunjukkan prevalensi hiperkolesterolemia di Puskesmas Cipageran pada tahun 2015 cukup tinggi yaitu sebesar 18,59% (Lestari, 2017).

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk mengetahui gambaran asupan serat, asupan lemak, status gizi, dan kadar kolesterol pada sampel rawat jalan di Puskesmas Cipageran Kota Cimahi.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran asupan serat, asupan lemak, status gizi dan kadar kolesterol pada pasien rawat jalan di Puskesmas Cipageran Kota Cimahi?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui gambaran asupan serat, asupan lemak, status gizi, dan kadar kolesterol pada pasien rawat jalan di Puskesmas Cipageran Kota Cimahi.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui gambaran asupan serat pada pasien rawat jalan di Puskesmas Cipageran Kota Cimahi.
2. Mengetahui gambaran asupan lemak pada pasien rawat jalan di Puskesmas Cipageran Kota Cimahi.
3. Mengetahui gambaran status gizi pada pasien rawat jalan di Puskesmas Cipageran Kota Cimahi.
4. Mengetahui gambaran kadar kolesterol pada pasien rawat jalan di Puskesmas Cipageran Kota Cimahi.
5. Mengetahui gambaran kadar kolesterol total berdasarkan asupan serat pada pasien rawat jalan di Puskesmas Cipageran Kota Cimahi.
6. Mengetahui gambaran kadar kolesterol total berdasarkan asupan lemak pada pasien rawat jalan di Puskesmas Cipageran Kota Cimahi.
7. Mengetahui gambaran kadar kolesterol total berdasarkan status gizi pada pasien rawat jalan di Puskesmas Cipageran Kota Cimahi.

#### **1.4 Ruang lingkup penelitian**

Ruang lingkup penelitian yang akan dilakukan yaitu meliputi asupan serat, asupan lemak, status gizi, dan kadar kolesterol pada pasien rawat jalan di Puskesmas Cipageran Kota Cimahi.

#### **1.5 Manfaat Penelitian**

##### **1.5.1 Bagi Peneliti**

Diharapkan dapat menambah pengalaman dan wawasan mengenai gambaran asupan serat, asupan lemak, status gizi dan kadar kolesterol pada pasien rawat jalan di Puskesmas Cipageran Kota Cimahi, menambah keterampilan dalam melakukan survey konsumsi pangan dan melakukan wawancara dalam pengumpulan data serta menambah wawasan peneliti dalam melakukan penelitian.

##### **1.5.2 Bagi Sampel**

Diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan kepada sampel terkait pemilihan makanan yang baik untuk menurunkan kolesterol dan pentingnya menjaga pola hidup sehat agar kadar kolesterol dalam rentang normal dan status gizi baik.

##### **1.5.3 Bagi Pihak Puskesmas**

Hasil penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan informasi kepada pihak Puskesmas mengenai asupan serat, asupan lemak, status gizi, dan kadar kolesterol pada pasien rawat jalan sehingga dapat dijadikan sebagai konseling gizi oleh ahli gizi Puskesmas.

#### **1.5.4 Bagi Jurusan Gizi**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah dan melengkapi informasi referensi kepustakaan mengenai asupan serat, asupan lemak, status gizi, kadar kolesterol pada pasien rawat jalan di Puskesmas Cipageran sehingga dapat dimanfaatkan untuk penelitian-penelitian selanjutnya.

#### **1.6 Keterbatasan penelitian**

Keterbatasan pada penelitian ini adalah hasil analisa asupan serat dan asupan lemak yang diperoleh menggunakan metode SFFQ (*Semi-Quantitative Food Frequency*) sangat bergantung pada daya ingat sampel dalam menjawab frekuensi dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi dalam satu bulan terakhir.