

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kolesterol merupakan lemak yang berwarna kekuningan dan berbentuk seperti lilin yang diproduksi oleh tubuh manusia terutama di dalam hati. Darah mengandung 80% kolesterol yang diproduksi oleh tubuh sendiri dan 20% berasal dari makanan. Bahan makanan yang mengandung kolesterol berasal dari organ binatang, terutama bagian otak, kuning telur dan jeroan (Nilawati, 2008). Kolesterol sebagai lemak dalam darah yang disintesis di hati dan ditemukan dalam sel darah merah, membran sel, dan otot (Anggraini, 2018). Kolesterol sendiri diangkut oleh Lipoprotein dimana ada dua macam lipoprotein yaitu lipoprotein berdensitas tinggi (HDL) dan lipoprotein berdensitas rendah (LDL). Sederhananya *Low Density Lipoprotein* (LDL) merupakan kolesterol jahat dan *High Density Lipoprotein* (HDL) merupakan kolesterol baik. Kadar kolesterol yang berlebih dalam darah ini disebut hiperkolesterol dan merupakan masalah kesehatan dunia saat ini (Annie, 2015).

Berdasarkan laporan Badan Kesehatan Dunia tahun 2017, tercatat sebanyak 4,4 juta kematian akibat hiperkolesterolemia atau sebesar 7,9% dari jumlah total kematian. Selain itu, 20% kejadian stroke dan lebih dari 50% penyakit jantung disebabkan karena kadar kolesterol yang tinggi.

Faktor resiko hiperkolesterolemia di Indonesia berkisar 45%. Pada kelompok usia 25-34 tahun yaitu sebanyak 9,3% dan meningkat sesuai dengan pertambahan usia hingga 15,5% pada kelompok usia 55-64 tahun (WHO, 2017)

Menurut penelitian MONICA I (*Multinational Monitoring of Trends Determinantsin Cardiovascular Diseases*), angka kejadian hiperkolesterolemia Di Indonesia sebesar 13,4% untuk wanita dan 11,4% untuk pria. Pada MONICA II terjadi peningkatan sebesar 16,2% untuk wanita dan 14% untuk pria. Wanita menjadi kelompok paling banyak menderita masalah ini yakni 14,5% atau hampir dua kali lipat kelompok laki-laki (Musdalifa, 2017). Sementara data dari Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, kejadian kolesterol berdasarkan kelompok umur didapatkan bahwa, sebanyak 0,8% terjadi pada kelompok usia 25-34 tahun dan sebanyak 1,3 % terjadi pada kelompok usia 35-44 tahun (Risikesdas dalam Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo kejadian hiperkolesterol tertinggi pada orang dewasa tahun 2007 sebanyak 18.8%, mengalami peningkatan pada tahun 2013 sebanyak 26.6% dan 31% pada tahun 2018 dengan prevalensi tertinggi berada di kota gorontalo. Dari beberapa penelitian tersebut telah membuktikan bahwa pria dan wanita dari berbagai kelompok umur termasuk pada kelompok usia dewasa rentan mengalami kenaikan kadar kolesterol total.

Fenomena ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu asupan makanan, kebiasaan merokok, kebiasaan mengkonsumsi alkohol, stres, pola hidup yang kurang baik, jenis kelamin, aktifitas fisik atau kebiasaan olah raga dan terutama obesitas. Mengacu pada beberapa faktor tersebut, yang paling banyak ditemui adalah orang dengan kategori berat badan obesitas. Obesitas itu sendiri sangatlah penting untuk dibahas karena beberapa data yang telah dibahas sebelumnya telah

membuktikan bahwa pria dan wanita itu sendiri dari berbagai kelompok umur mengalami kenaikan kadar kolesterol total. Selain itu, obesitas meningkatkan peluang terjadinya berbagai macam penyakit.

Obesitas merupakan penumpukan lemak berlebih dalam tubuh yang meningkatkan trigliserida dan kenaikan kadar kolesterol. Obesitas sendiri dapat menyebabkan berbagai masalah fisik maupun psikis. Masalah fisik seperti ortopedik sering disebabkan oleh obesitas seperti nyeri punggung bagian bawah dan memperburuk osteoarthritis (terutama didaerah pinggul, lutut dan pergelangan kaki). Obesitas bukan hanya tidak enak dipandang mata, namun merupakan dilema kesehatan yang mengerikan. Obesitas secara langsung membahayakan kesehatan seseorang, dimana dapat meningkatkan resiko terjadinya sejumlah penyakit menahun antara lain diabetes, tekanan darah tinggi, stroke, serangan jantung, kanker (jenis kanker tertentu misalnya kanker prostat dan usus besar) dan tidur apnea (kegagalan bernafas secara normal saat tidur yang menyebabkan berkurangnya kadar oksigen dalam darah).

Metode antropometris yang dapat digunakan untuk mengetahui tingkat kegemukan atau obesitas seseorang, yang dilakukan dengan cara mengukur Indeks Masa Tubuh (IMT). Hal ini membutuhkan pengukuran tinggi badan, berat badan seseorang yang diukur. Selain itu, mengukur besar lingkaran pinggang dan lingkaran panggul (Almatsier, 2014).

Beberapa penelitian telah menemukan bahwa ada hubungan obesitas dengan hiperkolesterol. Hal ini dapat dilihat dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Iskandar Rahman (2015) dan Ahmad Sebastian (2017) yang membuktikan

hasil bahwa responden dengan obesitas beresiko untuk mengalami peningkatan kadar kolesterol yang tinggi dibandingkan dengan yang tidak obesitas. Dalam hal ini terdapat hubungan yang bermakna antara obesitas dengan kadar kolesterol total pada orang dewasa.

Olehnya itu, penulis tertarik untuk menganalisis lebih jauh sumber-sumber atau literatur penelitian sebelumnya yang membahas tentang obesitas dengan hiperkolesterol.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah yang telah di uraikan di atas maka dapat dirumuskan suatu permasalahan yaitu “apakah obesitas mengakibatkan hiperkolesterol?”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari studi literatur ini untuk menganalisis dan mensintesis bukti-bukti/literatur mengenai kaitan antara obesitas dengan hiperkolesterol

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Bagi peneliti merupakan pengalaman berharga dalam memperluas wawasan pengetahuan tentang hiperkolesterol dan obesitas pada orang dewasa

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi peneliti

Sebagai penerapan mata kuliah metodologi penelitian dan menambah pengalaman dalam penulisan proposal, serta sebagai masukan tentang cara mengatasi hiperkolesterol dan obesitas

2. Bagi institusi pendidikan

Sebagai bahan tambahan informasi bagi mahasiswa dalam melakukan penelitian selanjutnya.

3. Bagi peneliti lainnya

Dapat menjadi bahan pertimbangan untuk melakukan penelitian-penelitian di tempat lain