

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Makanan merupakan kebutuhan pokok manusia sebagai sumber energi untuk menjalani aktivitas. Makanan tersebut memerlukan pengelolaan yang benar agar bermanfaat bagi tubuh (Nathaniel dkk., 2018). Makanan pokok masyarakat Indonesia berbagai macam, yaitu beras, jagung, singkong, sagu, maupun yang lain. Kehidupan modern menunjang pola makan yang cepat dan praktis namun, tetap mengutamakan makanan pokok, yang dikonsumsi dalam jumlah banyak, rasanya netral, sumber karbohidrat dan mengenyangkan (Dewi, 2015).

Terbatasnya waktu akibat pekerjaan dan hal lain menyebabkan pola hidup sehat jarang diterapkan. Menunjang kegiatan menjadi cepat dan praktis, Hal tersebut menyebabkan pola konsumsi yang kurang sehat sebagai dampak dari gaya dan kemajuan teknologi, seperti makanan cepat saji yang berkadar garam, gula, saus dan bumbu instan tinggi, serta mengandung sedikit nutrisi protein, vitamin, dan mineral (Ufrida dan Harianto 2022). Pola konsumsi tidak sehat menjadi salah satu faktor terhadap kematian tertinggi di dunia (Handajani, 2012). Hal ini didukung dengan data penyakit di Indonesia pada tahun 2018 yang disebabkan oleh pola konsumsi yang kurang baik yaitu sebanyak 1,09% menderita stroke, 2% menderita penyakit diabetes melitus, 1,5% menderita penyakit jantung, dan 8,4% menderita hipertensi (Risikesdas, 2018).

Kehidupan modern menunjang berbagai hal menjadi cepat dan praktis namun, tetap mengutamakan makanan pokok sebagai sumber karbohidrat. (Ampangallo dkk., 2021). Salah satu makanan tersebut adalah nasi goreng. Nasi

goreng dibuat dengan wajan menggunakan minyak goreng atau margarin. Rasa gurih pada nasi goreng didapatkan dengan tambahan bumbu-bumbu seperti bawang putih, bawang merah, penyedap rasa, saus dan kecap manis. Selain itu, dapat bahan-bahan pelengkap seperti telur, sayuran, makanan laut, atau daging (Arinda dkk., 2020).

Kandungan gizi dalam nasi goreng didominasi oleh karbohidrat dan lemak (Arinda dkk., 2020). Kadar kolesterol pada nasi goreng 103 mg/dl. Kadar kolesterol akan meningkat jika terdapat penambahan bahan lain seperti daging, telur dan tambahan bahan lainnya. Proporsi lemak jenuh dan asam lemak trans masing-masing maksimal 8% dan 1% dari energi total. Usia dewasa membatasi konsumsi lemak pada 56 g/hari dan lemak jenuh sekitar 18 g/hari (Merita dan Junita 2021).

Tingginya kadar kolesterol dalam darah merupakan faktor utama pemicu penyakit jantung, stroke, arteri perifer, hipertensi, dan diabetes melitus. Kadar kolesterol yang berlebih dalam darah akan mudah melekat pada dinding sebelah dalam pembuluh darah. LDL yang berlebih melalui proses oksidasi akan membentuk gumpalan yang jika gumpalan semakin membesar akan membentuk benjolan yang mengakibatkan penyempitan saluran pembuluh darah (Yoeantafara dan Martini 2017).

Berkaitan dengan upaya mengurangi tingginya kadar kolesterol pedagang nasi goreng, salah satu cara yang dilakukan dengan pemeriksaan kadar kolesterol, sehingga dapat mengetahui kadar kolesterol pada pedagang. Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk menarik judul “Gambaran Kadar Kolesterol Total Pada Pedagang Nasi Goreng Di Kelurahan Sesetan Kota Denpasar”.

B.Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas maka permasalahan yang akan diteliti “Gambaran Kadar Kolesterol Total Pada Pedagang Nasi Goreng Di Kelurahan Sesetan Kota Denpasar”?

C.Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui kadar kolesterol total pada pedagang nasi goreng di kelurahan sesetan kota denpasar

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui karakteristik pedagang nasi goreng meliputi usia, jenis kelamin, konsumsi kopi, merokok, mencicipi masakan dan konsumsi makanan berlemak
- b. Mengukur kadar kolesterol total pada pedagang nasi goreng di kelurahan sesetan kota denpasar
- c. Mendeskripsikan kadar kolesterol total pedagang nasi goreng dengan narasi berdasarkan karakteristiknya

D.Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Sebagai bahan bacaan dan penambahan informasi mengenai kolesterol total dan pemeriksaan kolesterol total bagi masyarakat

2. Manfaat praktis

- a. Bagi pedagang nasi goreng

Diharapkan dapat memberikan informasi mengenai kolesterol total dan pentingnya melakukan pemeriksaan kolesterol total.

b. Bagi kelurahan setempat

Diharapkan dapat menjalankan program kesehatan bagi pedagang yang berjualan dikawasan sekitaran kelurahan setempat.

c. Bagi mahasiswa

Diharapkan dapat sebagai sumber pembelajaran dan dapat memberikan referensi bagi pihak yang membahas mengenai kolesterol total.