

## **BAB V**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Kondisi lokasi penelitian**

Kelurahan Sesean merupakan kelurahan yang berada pada daerah Kecamatan Denpasar Selatan, Kota Denpasar, Provinsi Bali, Indonesia dengan luas wilayah mencapai 7,39 km<sup>2</sup> dan secara geografis terletak pada ketinggian kurang dari 500 meter di atas permukaan laut yang membujur ke utara (Profil Kelurahan Sesean, 2017).

###### **a. Kondisi geografis**

Batas- batas wilayah Kelurahan Sesean adalah :

Bagian Utara : Desa Dauh Puri Klod, Kecamatan Denpasar Barat.

Bagian Selatan : Selat Badung

Bagian Barat : Kelurahan Pedungan Kecamatan Denpasar Selatan

Bagian Timur : Desa Sidakarya, Kecamatan Denpasar Selatan

###### **b. Kondisi demografi**

Adapun jumlah penduduk di Kelurahan Sesean berdasarkan data tahun 2021, penduduk Sesean cukup padat yang terdiri dari laki-laki 19.752 jiwa dan perempuan 19.645 jiwa (Pusat Data Kota Denpasar, 2021). Penduduk Desa Sesean hidup dengan berkelompok disebut Banjar (Sukarniti, 2022). Namanya disesuaikan dengan situasi dan kondisi di Banjar tersebut. Banjar tersebut diantaranya :

1) Banjar Gaduh karena bermukim adalah mayoritas keluarga dari Pasek Gaduh.

- 2) Banjar Lantang Bejuh artinya panjang membujur, karena geografi dari Banjar ini panjang membujur.
- 3) Banjar Pegok yang artinya dalam, karena pada mulanya mereka yang bermukim disini tinggal agak di dalam jauh dari tempat keramaian.
- 4) Banjar Suwung Batan Kendal, karena terdapat pohon Kendal.
- 5) Banjar Kaja yang artinya Utara, karena Banjar ini terletak di wilayah paling Utara.
- 6) Banjar Tengah yang artinya di tengah-tengah, karena letak Banjar ini di tengah-tengah

## 2. Karakteristik subyek penelitian

- a. Karakteristik pedagang nasi goreng berdasarkan kelompok usia

Berdasarkan hasil penelitian karakteristik pedagang nasi goreng dapat dilihat pada tabel 3 berikut.

**Tabel 3**  
**Karakteristik Responden Berdasarkan Usia**

Usia	Jumlah	Persentase
Dewasa dini (21-30 tahun)	7	14
Dewasa akhir (40-60 tahun)	43	86
Usia Lanjut (> 60 tahun)	0	0
Total	50	100%

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan sebagian besar usia dewasa akhir sejumlah 43 orang (86%).

- b. Karakteristik pedagang nasi goreng berdasarkan jenis kelamin

Berdasarkan hasil penelitian karakteristik pedagang nasi goreng dapat dilihat pada table 4 berikut.

**Table 4**  
**Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Perempuan	12	24
Laki - laki	38	76
Total	50	100

Berdasarkan table 4 diatas menunjukkan 50 responden sebagian besar berjenis kelamin laki- laki dengan jumlah 38 orang (76%).

c. Karakteristik pedagang nasi goreng berdasarkan konsumsi kopi

Berdasarkan hasil penelitian karakteristik berdasarkan jumlah konsumsi kopi pedagang nasi goreng dapat dilihat pada tabel 5 berikut.

**Tabel 5**  
**Karakteristik Responden Berdasarkan Konsumsi Kopi**

Konsumsi Kopi	Jumlah	Persentase
Tidak mengkonsumsi	9	18
Kadang-kadang (1-2 Gelas)	41	82
Sering (>2 Gelas)	0	0
Total	50	100

Berdasarkan tabel 5 diatas menunjukkan 50 responden dengan konsumsi kopi 1-2 gelas perhari 41 orang (82%).

d. Karakteristik Pedagang Nasi Goreng Berdasarkan Merokok

Berdasarkan hasil penelitian karakteristik pedagang nasi goreng merokok dapat dilihat pada tabel 6 berikut.

**Tabel 6**  
**Karakteristik Responden Berdasarkan Merokok**

Merokok	Jumlah	Persentase
Tidak merokok	26	52
Perokok ringan (1-5 Batang)	24	48
Perokok sedang ( >5 Batang)	0	0
Tidak	26	52
Total	50	100

Berdasarkan tabel 6 diatas menunjukkan 50 responden dengan konsumsi rokok 1-5 batang 24 orang (48%).

e. Karakteristik pedagang nasi goreng berdasarkan mencicipi masakan

Berdasarkan hasil penelitian karakteristik pedagang nasi goreng berdasarkan lama berjualan dapat dilihat pada tabel 7 berikut.

**Tabel 7**  
**Karakteristik Responden Berdasarkan Mencicipi masakan**

Mencicipi	Jumlah	Persentase
1 x	42	84
2 x	8	36
> 3 x	0	0
Total	50	100

Berdasarkan tabel 7 diatas menunjukkan 50 responden mencicipi masakan 1x 42 orang (84%).

f. Karakteristik pedagang nasi goreng berdasarkan makanan berlemak

Berdasarkan hasil penelitian karakteristik pedagang nasi goreng berdasarkan makanan berlemak dapat dilihat pada tabel 8 berikut.

**Tabel 8**  
**Karakteristik Responden Berdasarkan Makanan Berlemak**

Konsumsi Makanan Berlemak	Jumlah	Persentase
1-2 x	48	96
2-5 x	2	4
>5x	0	0
Total	50	100

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan 50 responden mengkonsumsi makanan berlemak pada 1-2 x 48 orang (96%).

**3. Kadar kolesterol pada pedagang nasi goreng di kelurahan sesetan**

Berdasarkan hasil pengukuran kadar kolesterol total pada pedagang nasi goreng dapat dilihat pada tabel 9 berikut.

**Tabel 9**  
**Kadar Kolesterol Total Pada Pedagang Nasi Goreng Di Kelurahan Sesetan**

Kadar kolesterol total	Jumlah	Persentase
Normal(<200mg/dL)	37	74
Batas tinggi(200-239mg/dL)	13	26
Tinggi(>240mg/dL)	0	0
Total	50	100

Berdasarkan tabel 9 menunjukkan hasil berdasarkan pengukuran kadar kolesterol total pedagang nasi goreng di Kelurahan Sesetan dari 50 responden sebanyak 37 pedagang memiliki kadar kolesterol normal (74%). Dan sebanyak 13 responden memiliki kadar kolesterol batas tinggi (26%).

#### 4. Distribusi Kadar Kolesterol Pada Pedagang Nasi Goreng Di Kelurahan Sesetan

a. Distribusi kadar kolesterol total pedagang nasi goreng berdasarkan usia

**Tabel 10**  
**Kadar Kolesterol Total Berdasarkan Usia**

Usia	Normal		Batas tinggi		Tinggi		Total	
	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%
Usia dewasa dini (21-30 tahun)	7	1	0	0	0	0	14	100
Usia dewasa akhir (40-60 tahun)	29	5	14	2	0	0	86	100
Usia lanjut (>60 tahun)	0	0	0	0	0	0	0	100
Total	36	7	14	2	0	0	50	100

Berdasarkan karakteristik usia dari 50 responden didapatkan usia dewasa dini 21-30 tahun dengan kadar kolesterol total normal sebanyak 7 orang (14%). Responden usia dewasa akhir 40-60 dengan kadar kolesterol total batas tinggi sebanyak 14 orang (28%) dan normal sebanyak 29 orang (58%) dan responden dengan usia lanjut >60 tahun dengan kadar kolesterol batas tinggi sebanyak 0 (0%) dan normal sebanyak 0 (0%).

b. Distribusi kadar kolesterol total pedagang nasi goreng berdasarkan jenis kelamin

**Table 11**  
**Kadar Kolesterol Total Berdasarkan**  
**Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	Normal		Batas tinggi		Tinggi		Total	
	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%
Laki- laki	23	46	14	2	0	0	74	100
Perempuan	13	26	0	0	0	0	26	100
Total	36	72	14	2	0	0	50	100

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin dari 50 responden didapatkan dengan jenis kelamin laki- laki dengan kadar kolesterol total batas tinggi sebanyak 14 orang (28%) dan normal sebanyak 23 orang (46%) sedangkan responden berjenis kelamin perempuan dengan kadar kolesterol total normal 13 orang (26%) dan batas tinggi sebanyak 0 (0%).

c. Distribusi kadar kolesterol total pedagang nasi goreng berdasarkan kopi

**Tabel 12**  
**Kadar Kolesterol Total Berdasarkan**  
**Konsumsi Kopi**

Konsumsi kopi	Normal		Batas tinggi		Tinggi		Total	
	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%
Kadang- kadang (1-2 Gelas)	31	62	11	22	0	0	84	100
Sering (>2 Gelas)	0	0	0	0	0	0	0	100
Tidak mengonsumsi	7	14	1	2	0	0	16	100
<b>Total</b>	<b>38</b>	<b>76</b>	<b>12</b>	<b>24</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

Berdasarkan karakteristik konsumsi kopi dari 50 responden didapatkan responden dengan tingkat konsumsi kopi 1-2 gelas dengan kadar kolesterol total batas tinggi sebanyak 11 orang (22%) dan normal sebanyak 31 (62%) sedangkan esponden dengan tingkat konsumsi >2 gelas dengan kadar kolesterol total batas tinggi 0 (0%) dan normal 0 (0%).

d. Distribusi kadar kolesterol total pedagang nasi goreng berdasarkan merokok

**Tabel 13**  
**Kadar Kolesterol Total Berdasarkan**  
**Merokok**

Merokok	Normal		Batas tinggi		Tinggi		Total	
	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%
Perokok ringan (1-5 Batang)	11	22	13	26	0	0	48	100
Perokok sedang (>5 Batang)	0	0	0	0	0	0	0	100
Tidak merokok	24	48	2	4	0	0	52	100
<b>Total</b>	<b>35</b>	<b>70</b>	<b>15</b>	<b>30</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

Berdasarkan karakteristik merokok dari 50 responden didapatkan responden dengan merokok 1-5 batang dengan kadar kolesterol total batas tinggi sebanyak 13 orang (26%) dan normal sebanyak 11 orang (22%). responden yang tidak merokok dengan kadar kolesterol batas tinggi sebanyak 15 orang (30%) dan normal sebanyak 24 orang (48%) dan responden yang merokok >5 batang dengan kadar kolesterol batas tinggi 0 (0%) dan normal 0 (0%).

e. Distribusi kadar kolesterol total pedagang nasi goreng berdasarkan mencicipi masakan

**Tabel 14**  
**Kadar Kolesterol Total Berdasarkan**  
**Mencicipi masakan**

Mencicipi masakan	Normal		Batas tinggi		Tinggi		Total	
	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%
1 x	24	48	8	1	0	0	64	100
2 x	12	24	6	1	0	0	36	100
>3 x	0	0	0	0	0	0	0	100
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>72</b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

Berdasarkan karakteristik kebiasaan mencicipi makanan dari 50 responden didapatkan responden mencicipi masakan 1x dengan kadar kolesterol total batas tinggi sebanyak 8 orang (16%) dan normal 24 orang (48%) sedangkan responden yang mencicipi 2 x dengan kadar kolesterol total batas tinggi sebanyak 6 orang (12%) dan normal sebanyak 12 orang (24%) dan responden mencicipi >3 x dengan kadar kolesterol total batas tinggi sebanyak 0 (0%) dan normal 0 (0%).

f. Distribusi kadar kolesterol total pedagang nasi goreng berdasarkan makanan berlemak

**Tabel 15**  
**Kadar Kolesterol Total Berdasarkan**  
**Makanan Berlemak**

Makanan Berlemak	Normal		Batas tinggi		Tinggi		Total	
	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%
1-2 x	36	72	11	22	0	0	94	100
2-5 x	2	4	1	2	0	0	6	100
>5 x	0	0	0	0	0	0	0	100
Total	38	76	12	24	0	0	50	100

Berdasarkan karakteristik konsumsi makanan berlemak dari 50 responden didapatkan responden yang mengkonsumsi makanan berlemak 1-2 x dengan kadar kolesterol batas tinggi sebanyak 11 orang (22%) dan normal 36 orang (72%). Responden mengkonsumsi makanan berlemak 2-5 x dengan kadar kolesterol batas tinggi sebanyak 1 orang (2%) dan normal sebanyak 2 orang (4%). Dengan tingkat konsumsi makanan berlemak > 5x dengan kadar kolesterol batas tinggi sebanyak 0 (0%) dan normal sebanyak 0 (0%).

## **B. Pembahasan**

### **1. Karakteristik pada pedagang nasi goreng di kelurahan setetan**

#### **a. Karakteristik pedagang nasi goreng berdasarkan usia**

Usia menjadi salah satu faktor naiknya kadar kolesterol. Semakin bertambahnya usia persentase terhadap kadar kolesterol akan meningkat. Usia 21-40 tahun memiliki persentase kolesterol tinggi lebih sedikit dibandingkan dengan usia 40-60 tahun. Kadar kolesterol pada perempuan usia 45-55 akan mengalami peningkatan kadar kolesterol. Hal tersebut disebabkan kadar hormon estrogen mengalami penurunan yang diakibatkan berhentinya proses menstruasi atau menopause (Saputri dan Novitasari 2021).

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa responden terbanyak berada dalam kelompok usia dewasa akhir (40-60 tahun) yaitu 43 orang (86%) dan usia dewasa dini (21-30 tahun) yaitu 7 orang (14%).

#### **b. Karakteristik pedagang nasi goreng berdasarkan jenis kelamin**

Jenis kelamin yang berbeda menyebabkan tinggi kadar kolesterol berbeda. Terdapat laki-laki dan perempuan. Perempuan memiliki nilai kolesterol lebih tinggi dibandingkan laki-laki pada masa kanak-kanak. Pada laki-laki menunjukkan penurunan kolesterol selama masa remaja yang disebabkan adanya pengaruh hormon testosteron yang mengalami peningkatan pada masa itu. Sedangkan pada perempuan yang sudah mengalami menopause cenderung memiliki kadar kolesterol lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa responden terbanyak berada sebagian besar berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 38 orang (76%) dan berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 12 orang (24%). Distribusi hasil

penelitian yang dilakukan tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan Lasanuddin dkk (2022) mengenai Hubungan pola makan peningkatan kadar kolesterol lansia di desa tenggela kecamatan tilango. Peningkatan kadar kolesterol cenderung lebih banyak terjadi pada yang berjenis kelamin perempuan sebanyak berjenis kelamin perempuan (67,6%) responden. Hal tersebut berkaitan dengan berkurangnya aktivitas hormone estrogen pada perempuan yang berusia tua atau mengalami masa monepause.

c. Karakteristik pedagang nasi goreng berdasarkan konsumsi kopi

Kebiasaan mengonsumsi kopi dikaitkan dengan kesehatan dan berbagai macam penyakit. Banyak penelitian menyebutkan kopi dapat meningkatkan kolesterol darah, homosistein serum dan tekanan darah yang dapat menjadi faktor risiko meningkatnya penyakit jantung koroner. Kandungan kopi terdiri dari lebih seribu molekul zat yang berbeda, termasuk senyawa fenolik, vitamin, mineral dan alkaloid. Kafein, cafestol, kahweol dan chlorogenic acid berhubungan dengan metabolisme lipid dan secara teoritis dapat mempengaruhi profil lipid serum.

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa responden terbanyak konsumsi kopi 1-2 gelas perhari sebanyak 41 orang yang memiliki kadar kolesterol normal (82%) dengan kategori kadang- kadang dan tidak konsumsi kopi sebanyak 9 orang (18%). Distribusi hasil penelitian yang dilakukan tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan Diarti dkk (2016) menunjukkan rerata kadar kolesterol peminum kopi tradisional di Dusun Sembung Daye adalah lebih dari nilai normal 221 mg/dl yang mana kadar kolesterol total normal adalah 150-200 mg/dl. Hasil tersebut dapat terjadi karena adanya kandungan kafestol dan kahweol pada minyak biji kopi yang dapat meningkatkan kadar kolesterol dalam darah.

d. Karakteristik pedagang nasi goreng berdasarkan merokok

Kebiasaan merokok merupakan salah satu faktor peningkatan kadar kolesterol dalam darah. Merokok mengakibatkan dampak bahaya yang ditimbulkan oleh rokok bagi kesehatan tubuh manusia. Zat-zat kimia yang terkandung dalam rokok dapat meningkatkan kadar kolesterol jahat (LDL) dan menurunkan kadar kolesterol baik (HDL) (Nisa dkk, 2018).

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa berdasarkan responden terbanyak kebiasaan merokok dengan 1-5 batang sebanyak 24 orang (48%) dapat dikategorikan sebagai perokok ringan dan tidak sebanyak 26 orang (52%). Efek rokok diantaranya dapat menurunkan kadar kolesterol HDL darah, rokok mengandung banyak zat yang beracun. Akibat dari gas karbon monoksida (CO) terjadi kekurangan oksigen dan merusak pembuluh darah maupun penyempitan sampai pada penutupan. Nikotin juga mengontribusi pada abnormalitas profil lipid. Efek nikotin keseluruhan melepaskan katekolamin, meningkatkan lipopisis, dan meningkatkan asam lemak bebas (Prasetia & Mandala 2014).

e. Karakteristik pedagang nasi goreng berdasarkan mencicipi masakan

Mencicipi masakan menjadi hal lumrah untuk mengetahui citarasa pada suatu masakan. Namun, di balik citarasa yang beragam dilihat kandungan dalam makanan tersimpan kandungan bisa meningkatkan kadar kolesterol. Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa responden terbanyak mencicipi masakan didapatkan mencicipi masakan 1x sebanyak 42 orang (84%) dan 2x sebanyak 18 orang (36%) dan mencicipi >3 x sebanyak 0 orang (0%). Hasil penelitian yang dilakukan pedagang nasi goreng tidak hanya mencicipi nasi goreng yang akan dihidangkan. Namun, dapat mencicipi masakan yang tersedia juga seperti mie goreng,

fuyunghay dan lainnya. Terdapat berbagai jenis topping yang disertakan seperti daging, telur ayam dan jenis seafood.

Tidak jarang pedagang memasak makanan yang akan dikonsumsi sendiri dengan minyak yang sudah dipakai secara berulang. Dengan topping yang digoreng secara berulang. Hasil penelitian menyebutkan minyak goreng akan mengalami pemanasan pada suhu setinggi 1700-1800 C dalam jangka waktu yang lama. Hal ini akan menyebabkan proses oksidasi, hidrolisis dan oligomerisasi yang menghasilkan senyawa degradasi minyak seperti keton, aldehida dan polimer yang merugikan kesehatan manusia. Proses-proses tersebut di atas mengakibatkan minyak mengalami kerusakan. Tanda utama dari kerusakan adalah bau dan warna minyak serta meningkatnya kadar asam lemak bebas. Akibatnya, minyak yang digunakan setiap saat dapat mengalami penurunan kualitas. Kandungan lemak tidak jenuh dan vit. a, d, e, dan k yang ada di dalam oli lama kelamaan dapat membuatnya menyusut. dan yang tersisa adalah asam lemak jenuh yang dapat menyebabkan penyakit seperti jantung koroner dan stroke.

f. Karakteristik pedagang nasi goreng berdasarkan makanan berlemak

Makanan mengandung lemak jenuh dan kolesterol dapat meningkatkan kadar *low density lipoprotein* dalam darah. Konsumsi lemak terutama asam lemak jenuh dapat berpengaruh terhadap kadar *low density lipoprotein* yang menyebabkan darah mudah menggumpal. Selain itu lemak jenuh merusak dinding pembuluh darah arteri sehingga menyebabkan penyempitan yang disebut dengan arteriosklerosis. Sumber bahan makanan lemak jenuh yaitu lemak hewani seperti daging ayam, daging sapi, daging kambing, telur, jeroan, susu, margarin, keju dan ada juga lemak nabati seperti minyak kelapa, kelapa, santan peras, mentega dan

minyak kelapa sawit. Semua bahan makanan yang digoreng dengan minyak tersebut akan bercampur dengan lemak jenuh berkadar tinggi sehingga dapat meningkatkan lemak jenuh (Soleha 2012).

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa berdasarkan responden terbanyak mengkonsumsi makanan berlemak 1-2x sebanyak 48 orang (96%) dan 2-5x sebanyak 2 orang (4%). Pada penelitian yang dilakukan dari hasil wawancara pedagang nasi goreng mengkonsumsi makanan berlemak diantaranya seperti goreng, daging olahan dan makanan yang dihidangkan. Tidak jarang pedagang nasi goreng mengkonsumsi masakannya sendiri namun hal tersebut dilakukan jikalau tidak terdapat pedagang lain yang berjualan disekitar.

## **2. Kadar kolesterol pada pedagang nasi goreng di kelurahan sesetan**

Kolesterol merupakan steroid yang ada dalam konsentrasi yang biasa dinilai di seluruh tubuh. Sebagian besar kolesterol yang dibutuhkan tubuh, disintesa secara endogen dari asetil KoA melalui  $\beta$ -metil glutamil KoA. Kolesterol diproduksi oleh hepar diangkut di plasma sebagai LDL (Ujiani, 2016). Kolesterol total adalah jumlah kolesterol yang dibawa dalam semua partikel pembawa kolesterol dalam darah, termasuk HDL, LDL, dan VLDL.

Dalam konsisi normal kadar kolesterol total dalam tubuh dibutuhkan sebanyak <200 mg/dL dan kadar akan dinilai berlebih jika >200 mg/dL. Kadar kolesterol berlebihan di dalam darah akan menimbulkan masalah bagi kesehatan jantung, pembuluh darah dan otak. Pengerasan dan penyempitan akan menyebabkan asupan darah menuju otot jantung tidak terpenuhi sehingga menyebabkan penyakit. Proses selanjutnya akan mengakibatkan fungsins jaringan otot jantung yang akan menyebabkan gagal jantung (Sabilu dan Irma, 2023).

Berdasarkan hasil yang terdapat pada Tabel 7 menunjukkan hasil berdasarkan pengukuran kadar kolesterol total pedagang nasi goreng di Kelurahan Sesetan dari 50 responden sebanyak 37 pedagang memiliki kadar kolesterol normal (74%) dan sebanyak 13 responden memiliki kadar kolesterol batas tinggi (26%). Pada jumlah responden tidak didapat pada tempat yang sama dengan jumlah responden. Terdapat pedagang yang mempunyai karyawan ataupun anggota keluarganya yang membantu memasak hidangan untuk berjualan. Pedagang terdiri dari 2-3 orang dalam satu tempat yang memiliki peran memasak masakan yang berbeda-beda. Diantara pedagang tersebut dibantu oleh anggota keluarga seperti istri ataupun anak pedagang yang memiliki jenis kelamin dominan laki-laki. Terdapat 30 tempat yang memiliki anggota lebih dari 1 orang yang dilakukan penelitian.

Dari hasil penelitian yang dilakukan kadar kolesterol total yang memiliki kadar normal sebesar 74% lebih banyak dari kadar kolesterol yang batas tinggi. Dari 50 responden yang dilakukan pemeriksaan didapatkan kadar kolesterol terendah 132 mg/dL dengan jenis kelamin laki-laki dan usia memasuki dewasa dini. Sedangkan kadar kolesterol terendah 264 mg/dL berjenis kelamin laki-laki dengan usia memasuki dewasa akhir.

### **3. Mendeskripsikan kadar kolesterol pada pedagang nasi goreng di kelurahan sesetan**

#### **a. Kadar kolesterol pada pedagang nasi goreng berdasarkan usia**

Penyakit yang dapat dipengaruhi oleh usia adalah kolesterol. Meningkatnya kadar kolesterol seiring dengan bertambah usia. Berawal dari menurunnya fungsi-fungsi organ tubuh yang menyebabkan metabolisme dalam tubuh akan terganggu (Sabilu & Irma, 2023). Hasil penelitian Musdalifa, dkk (2017) menyatakan bahwa rentan usia 30-59 tahun merupakan salah satu faktor resiko terjadi penyakit kardio vaskuler. Laki-laki dewasa di >20 tahun memiliki kadar kolesterol lebih tinggi dibanding perempuan. Perempuan mengalami masa menopause pada usia 45- 55 tahun.

Berdasarkan hasil yang terdapat pada tabel 1 menunjukkan hasil berdasarkan penelitian kadar kolesterol total pedagang nasi goreng di Kelurahan Sesetan dari 50 responden didapatkan sebagian besar usia dewasa akhir sejumlah 43 (86%) dan usia dewasa dini sejumlah 7 (14%), usia dewasa akhir sejumlah 43 (86%). Hasil sejalan dengan penelitian yang dilakukan Saputri dan Novitasari (2021) terdapatnya hubungan kadar kolesterol dengan semua jenjang usia namun semakin tua responden dengan kolesterol tinggi semakin meningkat, dapat diartikan bahwa semakin bertambahnya usia makan akan beresiko terhadap peningkatan jumlah kolesterol.

#### **g. Kadar kolesterol pada pedagang nasi goreng berdasarkan jenis kelamin**

Jenis kelamin menjadi salah satu faktor dalam terjadinya penyakit. Pada kolesterol wanita memiliki nilai kolesterol lebih tinggi dibandingkan laki- laki pada masa kanak- kanak.

Pada laki- laki menunjukkan penurunan kolesterol yang signifikan selama masa remaja dikarenakan adanya pengaruh hormon testosterone yang mengalami peningkatan pada masa itu. Sedangkan pada perempuan yang sudah mencapai masa menopause cenderung memiliki kadar kolesterol lebih tinggi dibandingkan laki- laki. Penurunan estrogen memiliki efek fisiologik yang luas diluar sistem reproduksi (Suharni, Hansah dan Sari 2020). Setelah perempuan menopause atau berhenti proses menstruasi yang perempuan memiliki kadar kolesterol lebih tinggi dari pada laki-laki hal ini disebabkan berkurangnya aktifitas hormon estrogen setelah perempuan mengalami menopause (Ujiani 2016).

Berdasarkan hasil yang terdapat pada Tabel 2 menunjukkan hasil berdasarkan pengukuran kadar kolesterol total pedagang nasi goreng di Kelurahan Sesetan dari 50 responden didapatkan Sebagian besar berjenis kelamin laki- laki 38 orang (76%) dan berjenis kelamin perempuan sejumlah 12 orang (24%).

h. Kadar kolesterol pada pedagang nasi goreng berdasarkan konsumsi kopi

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Diarti (2018) bahwa peningkatan kadar kolesterol meningkat karena adanya kandungan kafestol dan kahweol pada biji kopi yang dapat meningkatkan kolesterol dalam darah, senyawa, kafestol yang terdapat pada kopi dapat meningkatkan kadar trigliserida dengan cara menghambat mekanisme beta oksidasi, mencegah pemecahan trigliserida menjadi energi sehingga meningkat di dalam darah. Hasil penelitian Khotimah dkk (2018) menunjukan adanya peningkatan kadar kolesterol yang disebabkan kandungan kafestol dan kahweol pada minyak biji kopi yang dapat meningkatkan kadar kolesterol dalam darah. Kopi yang disajikan tanpa disaring seperti kopi hitam mengandung kafestol sebanyak 3-6 mg per cangkir.

Berdasarkan hasil yang terdapat pada tabel 4 menunjukkan hasil berdasarkan pengukuran kadar kolesterol total pedagang nasi goreng di Kelurahan Sesean dari 50 responden didapatkan hasil bahwa jumlah konsumsi kopi pedagang nasi goreng sebagian besar 1-2 gelas perhari sebanyak 41 pedagang (82%) dan tidak konsumsi kopi sebanyak 9 pedagang (18%). Hasil penelitian menunjukkan pedagang nasi goreng mengkonsumsi kopi dalam sehari sebanyak 1-2 gelas dan berjenis kelamin laki- laki. Konsumsi kopi dosis rendah dan sedang (2–3 cangkir atau 300 mg/hari) diduga tidak memberikan efek buruk terhadap metabolisme tulang (Rahman dan Yusni 2019).

i. Kadar kolesterol pada pedagang nasi goreng berdasarkan merokok

Kebiasaan merokok merupakan salah satu faktor peningkatan kadar kolesterol dalam darah. Kebiasaan merokok akan merusak dinding pembuluh darah dan kemudian nikotin yang terkandung dalam asap rokok akan merangsang hormon adrenalin yang akibatnya akan mengubah metabolisme lemak sehingga kadar HDL (High Density Lipoprotein) kolesterol di dalam aliran darah akan menurun (Kurniawan, Slamet, dan Kamilla 2018).

Berdasarkan hasil yang terdapat pada Tabel 6 menunjukkan hasil berdasarkan pengukuran kadar kolesterol total pedagang nasi goreng di Kelurahan Sesean dari 50 responden bahwa berdasarkan tingkat konsumsi rokok pedagang nasi goreng dengan jumlah 1-5 batang sebanyak 24 pedagang (48%) dan tidak sebanyak 26 pedagang (52%). Hasil penelitian yang dilakukan Sulasmi & Pravitasari (2021) Peningkatan kadar kolesterol LDL darah pada usia produktif dapat terjadi karena berbagai faktor, diantaranya jumlah rokok yang dihisap setiap hari berbanding lurus dengan peningkatan kadar kolesterol LDL serum.

Peningkatan jumlah rokok yang dihisap setiap hari menyebabkan peningkatan kadar nikotin dan radikal bebas yang terserap oleh tubuh, sehingga dapat memperburuk profil lipid serum pada perokok.

j. Kadar kolesterol pada pedagang nasi goreng berdasarkan mencicipi masakan

Mencicipi masakan sebelum dihidangkan dilakukan untuk memastikan cita rasa masakan yang akan dihidangkan baik sebagai penjual makanan ataupun seseorang yang memasak. Pada pedagang mencicipi masakan sebelum diberikan kepada pembeli merupakan kebiasaan yang dilakukan untuk memastikan cita rasa masakan tersebut. Pedagang masakan sering mendapati pelanggan yang memiliki kesukaan masing – masing yang berbeda pada setiap masakan.

Berdasarkan usia dari 50 responden didapatkan responden mencicipi masakan 1x dengan kadar kolesterol total batas tinggi sebanyak 8 orang (16%) dan normal 24 orang (48%). Responden yang mencicipi 2x dengan kadar kolesterol total batas tinggi sebanyak 6 orang (12%) dan normal sebanyak 12 orang (24%). Dan responden mencicipi >3 x dengan kadar kolesterol total batas tinggi sebanyak 0 (0%) dan normal 0 (0%).

k. Kadar kolesterol pada pedagang nasi goreng berdasarkan makanan berlemak

Karakteristik yang berpengaruh terhadap kepatuhan seseorang dalam menjalani pola hidup sehat. Kadar kolesterol dapat meningkat karena dipengaruhi oleh tiga hal utama, yaitu: diet tinggi kolesterol dan lemak, ekskresi kolesterol ke kolon melalui asam empedu terlalu sedikit dan produksi kolesterol endogen di hati yang terkait dengan faktor genetik terlalu banyak. Semakin tinggi seseorang mengonsumsi makanan berlemak, maka timbunan kadar lemak di dalam tubuh akan meningkat. Semakin mengonsumsi makanan tinggi kolesterol

akan meningkatkan kadar asam lemak bebas dalam plasma. Kenaikan kadar asam lemak akan meningkatkan sekresi VLDL (Suasih 2020).

Berdasarkan hasil yang terdapat pada tabel 5 menunjukkan hasil berdasarkan pengukuran kadar kolesterol total pedagang nasi goreng di Kelurahan Sesetan dari 50 responden bahwa konsumsi makanan berlemak pada pedagang sebagian besar sebanyak 1-2 x 48 pedagang (96%) dan 2-5x 2 pedagang (4%).