

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gaya hidup yang buruk serta peningkatan frekuensi anak muda untuk mengonsumsi makanan dengan asupan kalori berlebih dan mengikuti pola makan diet yang tidak sesuai menjadi daya tarik untuk mengikuti *trend. Fast food* sendiri mengandung banyak kolesterol di dalamnya. Asupan *fast food* dengan frekuensi konsumsi yang jika dilakukan cukup sering dapat meningkatkan kadar kolesterol darah. Sehingga, dapat menjadi salah satu faktor risiko penyakit kardiovaskular yaitu penyakit jantung koroner. Penyakit jantung koroner adalah kerusakan jantung akibat penyempitan arteri koroner yang mencegah otot jantung mendapatkan cukup darah. Penyempitan arteri koroner disebabkan oleh penumpukan kolesterol di pembuluh darah, yang dapat menyebabkan plak dan menyumbat aliran darah ke otot jantung (Feroniasanti, 2016).

Fast food adalah makanan tinggi kalori dan lemak yang mudah disajikan. Di Indonesia *fast food* sendiri memiliki daya tarik cukup banyak sehingga banyak toko atau restoran *fast food* yang dibuka di Indonesia pada saat ini seperti *western fast food* maupun *traditional fast food*. *Western fast food* maupun *Traditional fast food* adalah makanan yang tinggi energi total, lemak, gula, natrium, rendah serat dan vitamin serta gizi tidak seimbang. Contoh dari *western fast food* yaitu *hamburger, fried chicken, dan pizza*. Sedangkan, contoh dari *traditional fast food* seperti bakso dan mie ayam (Bonita dan Fitrianti, 2017).

Kolesterol adalah senyawa lemak berwarna kekuningan yang diproduksi di dalam sel-sel tubuh manusia, terutama hati. Kolesterol adalah lemak yang penting,

tetapi jika terlalu banyak dapat merusak kesehatan (Mulyani dkk., 2018). Perempuan berisiko lebih tinggi terjadi peningkatan kadar kolesterol karena kolesterol umumnya ditemukan pada perempuan yang lebih cenderung memiliki kadar kolesterol tinggi (Ujiani, 2015). Kolesterol tinggi adalah masalah yang sangat serius dikarenakan merupakan salah satu faktor risiko pada penyakit jantung, faktor risiko lainnya yaitu tekanan darah tinggi dan perokok (Listiyana dkk., 2013). Orang sering tidak menyadari memiliki *hiperkolesterolemia familial* atau yang disebut *dislipidemia*, dimana kadar kolesterol dalam darah terlalu tinggi. Oleh karena itu, diperlukan tindakan untuk menurunkan kadar kolesterol darah yang tinggi (Mulyani dkk., 2018).

Menurut Profil Riset Kesehatan Dasar Indonesia, proporsi kadar kolesterol pada penduduk umur ≥ 15 tahun berdasarkan karakteristik sebanyak 21,2%, pada kelompok umur 15-24 tahun sebanyak 7,2% dan tamat SLTA/MA sebanyak 19,4%. Di Indonesia menurut proporsi kebiasaan konsumsi makanan berlemak, berkolesterol atau gorengan pada penduduk umur >3 tahun seluruh provinsi sebanyak 41,7%. Pada Provinsi Bali menurut proporsi kebiasaan dalam konsumsi makanan berlemak, berkolesterol, dan gorengan terdapat sebanyak 31,8 % dengan kategori umur 15-19 tahun sebanyak 31,46% dan kategori umur 20-24 tahun sebanyak 34,83% serta kategori pendidikan tamat SLTA sebanyak 30,05% (Risksedas, 2018).

Penelitian menurut Yuningrum dkk., (2022) di Universitas Respati Yogyakarta dengan mahasiswa yang berumur 20-25 tahun sebagai subyek penelitian didapatkan hasil dalam penelitian tersebut yaitu ada hubungan antara konsumsi gorengan dan asupan kolesterol dengan hiperkolesterolemia pada mahasiswa

Program Studi Kesehatan Masyarakat di Universitas Respati Yogyakarta. Dimana mahasiswa yang mengonsumsi gorengan sebanyak 52,9% dan konsumsi asupan kolesterol sebanyak 40,5 % yang memiliki risiko mengalami *hiperkolesterolemia* dimana terjadinya peningkatan kadar kolesterol dalam darah.

Perkembangan ekonomi dan industrialisasi berdampak besar pada kebiasaan pola makan masyarakat, seperti konsumsi makanan cepat saji atau *fast food*. Mengonsumsi *fast food* sering dikaitkan dengan peningkatan kadar kolesterol darah. Pada masa remaja, pengaruh teman sebaya menjadi lebih menonjol dalam segi pergaulan. Remaja mudah menerima pengaruh perkembangan zaman dan pengaruh pola makan yang sedang *trend* dengan tinggi lemak dan kalori serta rendah serat menjadi makanan yang menarik contohnya *fast food* (Pamelia, 2018). Pada usia remaja khususnya mahasiswa dapat mengalami peningkatan kadar kolesterol akibat mengonsumsi makanan dengan kadar lemak yang tinggi terutama pada mahasiswa yang tinggal sendiri. Mahasiswa yang tinggal sendiri lebih sering mengonsumsi makanan di luar seperti *fast food*. Peningkatan kadar kolesterol dapat mengganggu kesehatan sehari-hari seperti mudah capek, mudah mengantuk yang mengakibatkan pola tidur terganggu, sering merasa pegal di daerah pundak dan terkadang terasa sakit di kepala yang dapat mengganggu konsentrasi serta terjadinya penurunan kesehatan (Dana dan Maharani, 2022).

Berdasarkan survei awal yang telah dilakukan pada mahasiswa yang mengonsumsi *fast food* berjumlah 10 responden didapatkan, 40% mahasiswa pernah melakukan pemeriksaan kadar kolesterol total dan 60% mahasiswa tidak pernah melakukan pemeriksaan kadar kolesterol total. Sedangkan 70% mahasiswa sering mengonsumsi *fast food* dan 30% mahasiswa jarang mengonsumsi *fast food*.

Sehingga penulis tertarik untuk mengambil judul Gambaran Kadar Kolesterol Total Pada Mahasiswa Yang Mengonsumsi *Fast Food* di Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Teknologi Laboratorium Medis.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalahnya adalah bagaimana Gambaran Kadar Kolesterol Total Pada Mahasiswa Yang Mengonsumsi *Fast Food* di Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Teknologi Laboratorium Medis?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui gambaran kadar kolesterol total pada mahasiswa yang mengonsumsi *fast food* di Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Teknologi Laboratorium Medis.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik mahasiswa yang mengonsumsi *fast food* di Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Teknologi Laboratorium Medis berdasarkan jenis kelamin, frekuensi konsumsi *fast food*, dan Indeks Massa Tubuh (IMT).
- b. Mengukur kadar kolesterol total dan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada mahasiswa yang mengonsumsi *fast food* di Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Teknologi Laboratorium Medis.
- c. Mendeskripsikan kadar kolesterol total pada mahasiswa yang mengonsumsi *fast food* di Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Teknologi Laboratorium Medis berdasarkan karakteristik.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman khususnya yang berhubungan dengan penatalaksanaan atau pemeriksaan kadar kolesterol. Serta dapat menjadi bahan bacaan untuk pranata laboratorium klinik.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi masyarakat, melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan kepada masyarakat mengenai gambaran kadar kolesterol total pada mahasiswa yang mengonsumsi *fast food*.
- b. Bagi Instansi Pendidikan, sebagai referensi dalam memberikan informasi pada mata kuliah terkait di Jurusan Teknologi Laboratorium Medis.
- c. Bagi mahasiswa, sebagai referensi penelitian terkait dengan gambaran kadar kolesterol total pada mahasiswa yang mengonsumsi *fast food*.