

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Gianyar merupakan sebuah kabupaten yang terletak di provinsi Bali. Kata Gianyar berasal dari kata “Griya” dan “Anyar”. Kabupaten Gianyar memiliki luas wilayah 368,00 km² dengan jumlah penduduk mencapai 492,757 jiwa, dan memiliki kecamatan yang berjumlah 7 kecamatan meliputi Sukawati, Blahbatuh, Ubud, Gianyar, Tampaksiring, Tegallalang, dan Payangan.

Banjar Pekandelan merupakan salah satu banjar yang ada di Desa/Kelurahan Abianbase, Kecamatan Gianyar, Kabupaten Gianyar. Desa Abianbase berbatasan dengan Desa Serongga di selatan, Desa Bitera di barat, Desa Tegal Tugu di Timur dan Kelurahan Gianyar di Utara. Selain Banjar Pekandelan, terdapat tiga lagi banjar yang ada di Desa Abianbase di antaranya: Banjar Kaja Kauh, Banjar Kelod Kauh, dan Banjar Semeton Satria. Desa Abianbase yang menjadi tempat penelitian, memiliki luas 4,66 km² dengan jumlah penduduk 5.569 jiwa, terdiri dari 2.775 laki-laki dan 2.794 perempuan. Mayoritas penduduk Banjar Pekandelan, Desa Abianbase memiliki mata pencaharian sebagai pedagang, petani, buruh harian lepas, wiraswasta, dan karyawan swasta.

Desa Abianbase, Kecamatan Gianyar, Kabupaten Gianyar terdapat 6 warung atau pedagang yang menyajikan hidangan daging babi, seperti babi guling, lawar babi, sate babi, dan tum babi (Profil Kota Gianyar, 2018).

2. Karakteristik Sampel Penelitian

Berikut adalah hasil dari karakteristik subjek penelitian:

a. Berdasarkan Usia Produktif

Responden yang digunakan pada penelitian ini adalah penduduk Banjar Pekandelan, Desa Abianbase dengan usia produktif yang mengonsumsi daging babi dengan rentang usia 19 sampai 63 tahun. Karakteristik responden berdasarkan usia disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3
Karakteristik Pengonsumsi Daging Babi Berdasarkan Usia

No	Usia (tahun)	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	15 – 25	9	21,0
2	26 – 36	9	21,0
3	37 – 47	10	23,2
4	48 – 58	10	23,2
5	59 -64	5	11,6
Total		43	100,0

Berdasarkan data pada Tabel 3, diketahui bahwa dari 43 responden yang mengonsumsi daging babi, kelompok usia 37-47 tahun dan 48-58 tahun merupakan kelompok usia dengan jumlah terbanyak masing-masing 10 orang dengan persentase 23,2%.

b. Berdasarkan Jenis Kelamin

Karakteristik responden usia produktif mengonsumsi daging babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase berdasarkan jenis kelamin disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4

Karakteristik Pengonsumsi Daging Babi Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Laki-Laki	21	48,3
2	Perempuan	22	51,7
Total		43	100,0

Berdasarkan data pada Tabel 4, diketahui bahwa dari 43 pengonsumsi daging babi yang diteliti, kelompok perempuan merupakan kelompok tertinggi yaitu sebanyak 22 orang dengan persentase 51,7%.

c. Berdasarkan Aktivitas Fisik

Karakteristik responden usia produktif pengonsumsi daging babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase berdasarkan aktivitas fisik disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5

Karakteristik Pengonsumsi Daging Babi Berdasarkan Aktivitas Fisik

No	Kategori Aktivitas Fisik	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Ringan	10	23,2
2	Sedang	28	65,2
3	Berat	5	11,6
Total		43	100,0

Berdasarkan data pada Tabel 5, diketahui bahwa dari 43 orang pengonsumsi daging babi yang diteliti, sebagian besar pengonsumsi daging babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase memiliki tingkatan aktivitas fisik sedang yaitu sebanyak 28 orang dengan persentase 65,2%.

d. Berdasarkan Frekuensi Konsumsi Daging Babi

Karakteristik responden usia produktif pengonsumsi daging babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase, berdasarkan frekuensi konsumsi daging babi disajikan pada Tabel 6.

Tabel 6
Karakteristik Pengonsumsi Daging Babi Berdasarkan Frekuensi
Konsumsi Daging Babi

No	Jenis Kelamin	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	≤6x per minggu	31	72,0
2	>6x per minggu	12	28,0
Total		43	100,0

Berdasarkan pada data Tabel 6, diketahui bahwa dari 43 pengonsumsi daging babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase sebagian besar mengonsumsi daging babi dengan frekuensi ≤6x per minggu yaitu sebanyak 31 orang dengan persentase 72,0%.

3. Kadar Kolesterol Total Pengonsumsi Daging Babi di Banjar Pekandelan

Hasil pengukuran kadar kolesterol total pada responden di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase, menunjukkan bahwa responden memiliki kadar kolesterol pada rentang nilai 112-376 mg/dL hasil dari pengukuran disajikan pada Tabel 7.

Tabel 7
Kadar Kolesterol pada Pengonsumsi Daging babi di Banjar Pekandelan

No	Kategori Kadar Kolesterol	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Normal	18	41,8
2	Batas Ambang Tertinggi	11	25,6
3	Tinggi	14	32,6
Total		43	100,0

Berdasarkan data pada Tabel 7, diketahui bahwa dari 43 pengonsumsi daging babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase sebagian besar memiliki kadar kolesterol total normal sebanyak 18 orang dengan persentase 41,8%.

4. Hasil Pengamatan Terhadap Subjek Penelitian Berdasarkan Variabel

Penelitian

- a. Kadar Kolesterol Total Pada Pengonsumsi Daging Babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase, Kabupaten Gianyar Berdasarkan Usia

Hasil pemeriksaan kolesterol total pada pengonsumsi daging babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase berdasarkan usia disajikan pada Tabel 8.

Tabel 8
Hasil Pengukuran Kadar Kolesterol Berdasarkan Usia

Usia (tahun)	Kadar Kolesterol Total							
	Normal		Batas Ambang Tertinggi		Tinggi		Total	
	f	%	f	%	f	%	Σ	%
15 – 25	2	11,4	4	36,4	3	21,4	9	21,0
26 – 36	5	27,7	1	9,0	3	21,4	9	21,0
37 – 47	5	27,7	2	18,3	3	21,4	10	23,0
48 – 58	3	16,6	3	27,3	4	28,5	10	23,0
59 -64	3	16,6	1	9,0	1	7,3	5	12,0
Total	18	100,0	11	100,0	14	100,0	43	100,0

Berdasarkan data pada Tabel 8, diketahui kadar kolesterol total dengan kategori tinggi terdapat pada usia 48-58 tahun yaitu sebanyak 4 orang dengan persentase 28,5%.

- b. Kadar Kolesterol Total Pada Pengonsumsi Daging Babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase, Kabupaten Gianyar Berdasarkan Jenis Kelamin

Hasil pemeriksaan kolesterol total pada pengonsumsi daging babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase berdasarkan jenis kelamin disajikan pada Tabel 9.

Tabel 9
Hasil Pengukuran Kadar Kolesterol Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Kadar Kolesterol Total							
	Normal		Batas Ambang Tertinggi		Tinggi		Total	
	f	%	f	%	f	%	Σ	%
Laki-Laki	8	44,5	7	63,5	6	42,8	21	48,3
Perempuan	10	55,5	4	36,5	8	57,2	22	51,7
Total	18	100,0	11	100,0	14	100,0	43	100,0

Berdasarkan data pada Tabel 9, diketahui kadar kolesterol total dengan kategori tinggi dimiliki oleh jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 8 orang dengan persentase 57,2%.

- c. Kadar Kolesterol Total Pada Pengonsumsi Daging Babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase, Kabupaten Gianyar Berdasarkan Aktivitas Fisik

Hasil pemeriksaan kolesterol total pada pengonsumsi daging babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase berdasarkan aktivitas fisik disajikan pada Tabel 10.

Tabel 10
Hasil Pengukuran Kadar Kolesterol Berdasarkan Aktivitas Fisik

Aktivitas Fisik	Kadar Kolesterol Total							
	Normal		Batas Ambang Tertinggi		Tinggi		Total	
	f	%	f	%	f	%	Σ	%
Ringan	7	38,8	1	9,1	2	14,3	10	23,2
Sedang	10	55,6	9	81,8	9	64,3	28	65,2
Berat	1	5,6	1	9,1	3	21,4	5	11,6
Total	18	100,0	11	100,0	14	100,0	43	100,0

Berdasarkan data pada Tabel 10, diketahui kadar kolesterol total dengan kategori tinggi terdapat pada tingkatan aktivitas fisik sedang yaitu sebanyak 9 orang dengan persentase 64,3%.

- d. Kadar Kolesterol Total Pada Pengonsumsi Daging Babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase, Kabupaten Gianyar Berdasarkan Frekuensi Konsumsi Daging Babi

Hasil pemeriksaan kolesterol total pada pengonsumsi daging babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase berdasarkan frekuensi konsumsi daging babi disajikan pada Tabel 11.

Tabel 11
Hasil Pengukuran Kadar Kolesterol Berdasarkan Frekuensi Konsumsi Daging Babi

Frekuensi Konsumsi Daging Babi	Kadar Kolesterol Total							
	Normal		Batas Ambang Tertinggi		Tinggi		Total	
	f	%	f	%	f	%	Σ	%
≤6x per minggu	18	100,0	9	81,8	4	28,5	31	72,0
>6x per minggu	0	0	2	18,2	10	71,5	12	28,0
Total	18	100,0	11	100,0	14	100,0	43	100,0

Berdasarkan data pada Tabel 11, dapat dilihat bahwa kadar Kolesterol Total kategori tinggi terdapat pada frekuensi konsumsi >6x per minggu yaitu sebanyak 10 orang dengan persentase 71,5%.

B. Pembahasan

1. Kadar Kolesterol Total pada Pengonsumsi Daging Babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh pada Tabel 7, diketahui bahwa hasil pengukuran kadar kolesterol total pada pengonsumsi daging babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase dari 43 responden menunjukkan kadar kolesterol total lebih banyak ditemukan pada kategori normal yaitu sebanyak 18 orang dengan

persentase 41,8%. Sementara kadar kolesterol total batas ambang tertinggi sebanyak 11 orang dengan persentase 25,6%, dan kategori tinggi sebanyak 14 orang dengan persentase 32,6%.

Penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Sari, dkk (2021) mengenai “Kadar Kolesterol Total Berdasarkan Konsumsi Daging Babi dan Status Obesitas Sentral Pada Orang Dewasa”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kadar kolesterol dari responden dalam kategori normal sebesar 61,7%, sedangkan responden dengan kadar kolesterol kategori tinggi sebanyak 38,1% Dari hasil tersebut, diketahui bahwa 44,4% responden memiliki kebiasaan konsumsi daging babi yang berlebihan.

Menurut Sastrohamidjojo (2015), mengonsumsi makanan tinggi lemak dapat meningkatkan kadar kolesterol total dan LDL. Hal itu dikarenakan organ hati mempunyai peran penting dalam sintesis kolesterol, sehingga dapat berhenti memproduksi LDL yang dapat meningkatkan kadar kolesterol total dalam tubuh. Lebih lanjut, seseorang yang mengonsumsi makanan tinggi lemak jenuh berisiko terkena kolesterol tinggi. Lemak jenuh yang ditemukan pada daging babi, dapat meningkatkan kadar kolesterol LDL dalam darah (Sastrohamidjojo, 2021).

Menurut Arjani, dkk (2017), ada dua faktor yang dapat mempengaruhi kolesterol dalam tubuh, yaitu faktor yang dapat dikontrol dan faktor yang tidak dapat dikontrol. Faktor yang dapat dikontrol antara lain obesitas, minum kopi yang berlebihan, kurang berolahraga, makanan yang mengandung banyak lemak, stress, dan gaya hidup yang tidak sehat. Faktor yang tidak dapat dikontrol seperti usia dan genetik. Melalui pola hidup sehat dan aktif melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga dapat membantu tubuh dalam menurunkan kadar kolesterol total.

2. Kadar Kolesterol Total pada Pengonsumsi Daging Babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase Berdasarkan Karakteristik Responden

a. Kadar Kolesterol Berdasarkan Karakteristik Usia Produktif

Usia dihitung berdasarkan tanggal lahir. Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 3, dapat dilihat bahwa hasil pengukuran kadar kolesterol total pada Pengonsumsi Daging Babi di banjar Pekandelan, Desa Abianbase menunjukkan jumlah responden dengan kadar kolesterol tinggi terbanyak pada usia 37-47 tahun dan 48-58 tahun dengan masing-masing sebanyak 10 orang dengan persentase 23,2%. Diikuti oleh usia 15-25 tahun dan 26-36 tahun yang masing-masing sebanyak 9 orang dengan persentase 21,0%, dan usia 59-64 tahun sebanyak 5 orang dengan persentase 11,6%.

Hasil penelitian ini sejalan dengan studi yang dilaksanakan oleh Kurniawan dkk (2019) mengenai “Hubungan Umur, Jenis Kelamin, dan Kegemukan dengan Kadar Kolesterol Total Guru SMAN 1 Sei Jaya”. Dari studi tersebut, ditemukan bahwa dari 46 responden, pada kelompok usia 31–40 tahun, 6,5% memiliki kadar kolesterol normal dan 15,2% memiliki kadar kolesterol tinggi; pada kelompok usia 41–50 tahun, 10,9% memiliki kadar kolesterol normal dan 9,5% memiliki kadar kolesterol tinggi.

Menurut Amenila dkk (2021), seiring bertambahnya usia seseorang, aktivitas reseptor LDL dapat mengalami penurunan, yang berpotensi menyebabkan pembentukan plak pada arteri. Menurut beberapa peneliti, kadar LDL dalam darah cenderung meningkat karena kemampuan tubuh untuk menyerap *low density lipoprotein* menurun seiring bertambahnya usia, Hal ini dapat berdampak pada menempelnya plak pada pembuluh darah koroner, yang dapat menyebabkan

penyumbatan pembuluh darah. Namun, kadar kolesterol total yang lebih tinggi juga mungkin terjadi pada usia produktif. Usia produktif adalah masa ketika manusia mencapai kematangan fisik dan biologis dan aktivitas mencapai puncaknya. Tubuh secara tidak sadar dapat mengalami perubahan hormon, terutama jika asupan makanan tidak dijaga dengan baik, yang pada akhirnya dapat menyebabkan penyakit (Amelia dkk., 2021).

b. Kadar Kolesterol Berdasarkan Karakteristik Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 4, dapat dilihat bahwa hasil pengukuran kadar kolesterol total pada pengonsumsi daging babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa, jumlah responden dengan kolesterol total tertinggi terdapat pada perempuan sebanyak 22 orang dengan persentase 51,7%. Sementara kadar kolesterol total pada laki-laki didapati sebanyak 21 orang dengan persentase 48,3%.

Hasil penelitian ini juga selaras dengan studi Ujiani (2015) tentang “Hubungan Antara Usia dan Jenis Kelamin dengan Kadar Kolesterol Penderita Obesitas RSUD Abdul Moeloek Provinsi Lampung” menunjukkan bahwa perempuan mempunyai risiko yang tinggi terkena hiperkolesterolemia, yaitu sebanyak 63,3% sementara laki-laki sebanyak 36,7%. Studi tersebut menunjukkan bahwa baik perempuan maupun laki-laki memiliki risiko yang sama pada usia 50 tahun ke atas. Perempuan dilindungi oleh hormon estrogen pada masa sebelum menopause, yang dapat mencegah pembentukan plak di arteri dengan meningkatkan kadar HDL dan menurunkan kadar LDL. Namun, kadar estrogen menurun setelah menopause, sehingga risiko kolesterol tinggi pada perempuan meningkat. Namun, perempuan

umumnya memiliki risiko tinggi mengalami peningkatan kolesterol setelah menopause.

Peningkatan hormon testoteron menyebabkan penurunan kadar kolesterol yang signifikan pada pria selama masa remaja. Akibatnya pria dewasa di atas usia 20 tahun cenderung mempunyai kadar kolesterol lebih tinggi dibandingkan wanita (Ujiani, 2015).

c. Kadar Kolesterol Berdasarkan Karakteristik Aktivitas Fisik

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 5, diketahui bahwa hasil pengukuran kadar kolesterol total pada pengonsumsi daging babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase menunjukkan hasil kadar kolesterol tinggi terbanyak dengan aktivitas fisik sedang sebanyak 28 orang dengan persentase 65,2%. Diikuti oleh aktivitas fisik ringan sebanyak 10 orang dengan persentase 23,2% dan aktivitas fisik berat sebanyak 5 orang dengan persentase 11,6%.

Seseorang yang melakukan aktivitas fisik ringan cenderung akan mengalami kegemukan, stress, meningkatnya kolesterol dan bisa menyebabkan penyakit jantung koroner. Ketika seseorang mengalami stress, hormon adrenalin meningkat sehingga jantung berdetak lebih cepat dan dinding kapiler menyempit. Sebaliknya, seseorang yang melakukan aktivitas fisik sedang hingga berat dapat membuat diameter pembuluh darah melebar dan dapat membakar lemak yang terdapat di pembuluh darah jantung sehingga aliran darah menjadi lancar (Zahroh, 2021). Semakin banyak aktivitas fisik yang dilakukan maka akan semakin banyak kebutuhan ATP dan akan menyebabkan penurunan pembentukan kolesterol total dan LDL serta meningkatkan HDL (Zuhroiyyah dkk., 2017).

Semakin ringan aktivitas fisik yang dijalankan semakin tinggi kadar kolesterol darah seseorang. Aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur akan membuat meningkatnya aktivitas enzim *Lipoprotein Lipase* (LPL) dan membuat turunnya aktivitas enzim *hepatic lipase*. LPL akan menghidrolisis trigliserida dan VLDL sehingga meningkatkan konversi VLDL dan *Intermediate Density Lipoprotein* (IDL). IDL sebagian akan dikonversi menjadi LDL oleh *hepatic lipase* dan sisanya kemudian diambil oleh hati dan jaringan perifer yang melalui perantara reseptor LDL. Mekanisme ini mengakibatkan turunnya kadar kolesterol dan LDL serta meningkatkan HDL pada saat peningkatan aktivitas fisik (Agustiyanti dkk., 2017).

d. Kadar Kolesterol Berdasarkan Karakteristik Frekuensi Konsumsi Daging Babi

Konsumsi didefinisikan sebagai kegiatan seseorang untuk memenuhi kebutuhannya sendiri atau melakukan aktivitas dengan menggunakan barang yang telah diproduksi, seperti pakaian, bahan makanan, dan sebagainya (Departemen Pendidikan Nasional, 2014). Konsumsi dalam penelitian ini lebih fokus pada bahan makanan, khususnya daging babi. Konsumsi yang dimaksud adalah frekuensi konsumsi daging babi.

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 6, diketahui bahwa hasil pengukuran kadar kolesterol total pada Pengonsumsi Daging Babi di Banjar Pekandelan, Desa Abianbase menunjukkan hasil tertinggi pada frekuensi konsumsi $\leq 6x$ per minggu sebanyak 31 orang dengan persentase 72,0%, dan pada frekuensi konsumsi daging babi $> 6x$ per minggu didapatkan hasil sebanyak 12 orang dengan persentase 28,0%.

Penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Rismawati (2023) tentang “Hubungan Pola Konsumsi Daging Babi dengan Kadar Kolesterol Pada Remaja di SMAN 1 Kuta Kabupaten Badung” menemukan bahwa dari 64 orang responden 15,6% berada dalam kategori kadar kolesterol tinggi dan 84,4% dalam kategori kadar kolesterol normal.

Meskipun demikian, kadar kolesterol total responden yang tinggi yang disebabkan oleh frekuensi konsumsi daging babi yang lebih dari batas normal, tidak bisa diabaikan begitu saja. Pola makan yang tidak sehat melibatkan banyak daging babi secara bersamaan seperti lawar babi, sate babi, babi goreng, urutan, dan balung babi. Penelitian yang dilakukan oleh Wiardani dan Kusumajaya (2018) tentang “Hubungan Asupan Lemak, Obesitas Sentral, dan Kadar Kolesterol Total”, menemukan hubungan antara konsumsi lemak, lemak jenuh, dan kadar kolesterol dari makanan dengan kadar kolesterol total. Hal ini disebabkan oleh perubahan pola makan, terutama konsumsi lemak yang lebih banyak. Dalam penelitian ini, disebutkan bahwa 52,9% sampel mengonsumsi lemak lebih dari jumlah yang disarankan ($>30\%$ total konsumsi energi sehari). Konsumsi lemak secara keseluruhan yang tinggi juga dikaitkan dengan asupan lemak jenuh dan kolesterol yang relatif tinggi dari rekomendasi, masing-masing 51,9% untuk lemak jenuh dan 47,6% untuk kolesterol (Wiardani & Kusumajaya, 2018).

Kandungan lemak daging babi lebih tinggi dari daging lainnya, dengan 20-25 gram lemak per 100 gram (Saptawati, 2009). Menurut AKG tahun 2013, kebutuhan lemak orang dewasa adalah 53 – 91 gram yang berarti 100 gram daging babi mencukupi hingga 47% kebutuhan lemak per hari orang dewasa. kandungan

kolesterol dalam 100 gram dalam daging babi sudah disajikan pada Tabel 1 (Ruslianti, 2014).

Selain memiliki dampak buruk jika dikonsumsi berlebihan, daging babi juga mempunyai banyak manfaat yaitu, zat gizi seperti protein tinggi yang membantu menjaga massa otot, vitamin B6 yang membantu memproduksi sel darah merah dan mengontrol sistem syaraf pusat, vitamin B12 yang membantu di dalam proses pencegahan stres dan depresi dan mengandung *glycine* untuk meningkatkan kognisi, namun, konsumsi daging babi yang tidak seimbang dapat berdampak buruk pada kesehatan, termasuk obesitas (Kim, 2015). Makan makanan tinggi lemak tidak langsung menyebabkan kolesterol namun, jika dikombinasikan aktivitas fisik yang aktif dan konsumsi makanan yang bergizi, maka risiko terkena kolesterol tinggi akan lebih rendah.