

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perubahan pola hidup masyarakat modern berkontribusi signifikan terhadap meningkatnya prevalensi penyakit jantung koroner. Salah satu faktor risiko utama yang sering ditemukan adalah gaya hidup tidak sehat, terutama kurangnya aktivitas fisik dalam kehidupan sehari-hari. Pada era digital, kebiasaan duduk dalam waktu lama akibat tuntutan pekerjaan di depan komputer maupun penggunaan media hiburan seperti televisi dan media sosial telah menjadi bagian dari rutinitas masyarakat. Selain itu, perilaku merokok, konsumsi makanan cepat saji yang tinggi kandungan lemak dan garam, serta minimnya aktivitas fisik semakin memperburuk kondisi kesehatan secara menyeluruh (Nasution dkk., 2025)

Gaya hidup yang tidak aktif dan tidak sehat dapat memicu penumpukan lemak dalam tubuh. Kondisi tersebut berpotensi memperlambat metabolisme serta meningkatkan kadar kolesterol jahat (LDL) dan trigliserida dalam darah. Akumulasi lemak yang berlebihan berisiko menyumbat pembuluh darah, termasuk arteri koroner, sehingga menghambat aliran darah ke jantung dan meningkatkan kemungkinan terjadinya serangan jantung. Pola hidup tidak sehat umumnya mulai terbentuk sejak masa remaja, ditandai dengan kebiasaan duduk terlalu lama, jarang berolahraga, mengonsumsi makanan rendah gizi, merokok, dan kurang tidur. Dalam jangka panjang, kebiasaan tersebut dapat menimbulkan dampak negatif terhadap kesehatan jantung

(Nasution dkk., 2025). Oleh karena itu, diperlukan keseimbangan antara pola makan dan aktivitas fisik untuk mencegah kelebihan kolesterol serta mengurangi risiko peningkatan kadar kolesterol darah. Kegemukan atau obesitas sendiri merupakan kondisi penumpukan jaringan lemak berlebih yang dapat memperburuk kesehatan (Arisanti dkk., 2025).

Obesitas merupakan kondisi yang menimbulkan risiko kesehatan. Penilaian terhadap obesitas ditentukan berdasarkan nilai Indeks Massa Tubuh (IMT). IMT adalah ukuran yang membandingkan berat badan dengan tinggi badan untuk mengidentifikasi obesitas atau kelebihan berat badan pada orang dewasa. Peningkatan nilai IMT dapat menunjukkan adanya peningkatan kadar kolesterol darah atau hiperkolesterolemia, disertai akumulasi lemak bebas yang lebih banyak tersimpan dalam tubuh serta peningkatan pelepasan asam lemak bebas ke dalam aliran darah (Arisanti dkk., 2025).

Perubahan gaya hidup masyarakat merupakan salah satu faktor yang memicu peningkatan kejadian penyakit tidak menular (PTM). Tren konsumsi makanan cepat saji, kurangnya aktivitas fisik, serta kebiasaan merokok berperan signifikan dalam meningkatnya kasus PTM, termasuk kanker, hipertensi, penyakit jantung, dan stroke (Kusumaningsih dkk., 2025). Berdasarkan data terbaru Survei Kesehatan Indonesia (SKI, 2023) kelompok usia muda, khususnya rentang 15–24 tahun, menunjukkan prevalensi kolesterol total tinggi sebesar 7,8%. Angka tersebut menimbulkan keprihatinan karena usia produktif seharusnya memiliki tingkat kesehatan yang optimal. Angka ini menambah keprihatinan karena kelompok usia produktif seharusnya memiliki tingkat kesehatan optimal. Riskesdas (2018) melaporkan prevalensi hiperkolesterolemia di Indonesia sekitar 35 %, dengan peningkatan

prevalensi seiring bertambahnya usia: dari 9,3 % di kelompok usia 25–34 tahun menjadi 15,5 % pada kelompok 55–64 tahun.

Kolesterol total adalah jumlah kolesterol yang dibawa oleh berbagai jenis lipoprotein dalam darah, termasuk HDL, LDL, dan VLDL. Kolesterol merupakan komponen esensial bagi tubuh yang berfungsi dalam sintesis membran sel, pembentukan lapisan pelindung serat saraf, serta produksi vitamin D dan asam empedu. Konsentrasi kolesterol yang tinggi umumnya ditemukan pada jaringan kelenjar, sedangkan proses penyimpanan dan sintesis kolesterol berlangsung di dalam hati. Apabila kadar kolesterol berlebihan, kondisi tersebut dapat meningkatkan kolesterol darah yang dikenal dengan istilah hiperkolesterolemia (Prastiwi dkk., 2021).

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS, 2022) usia produktif didefinisikan sebagai rentang usia 15–64 tahun, yaitu kelompok masyarakat yang dianggap mampu bekerja dan berkontribusi secara ekonomi. Pemeriksaan kadar kolesterol pada kelompok usia produktif penting dilakukan sebagai upaya deteksi dini sekaligus penerapan gaya hidup sehat sejak awal. Pemeriksaan rutin juga diperlukan untuk menekan risiko komplikasi, karena peningkatan kadar kolesterol sering terjadi seiring bertambahnya usia dan pola hidup yang kurang sehat (Ismawatie dkk., 2024). Seiring pertambahan usia, kemampuan tubuh untuk membersihkan kolesterol dari darah menurun dibandingkan saat masih muda. Kondisi tersebut menyebabkan kadar kolesterol lebih tinggi, sehingga meningkatkan risiko penyakit jantung dan stroke (Arif dan Sandro, 2024)

Hasil wawancara yang dilakukan di lingkungan BTN Bharata, Desa Sibangkaja, Kecamatan Abiansemal didapatkan 176 penduduk usia produktif dengan variasi umur dan jenis kelamin. Enam orang penduduk usia produktif di BTN Bharata Desa Sibangkaja, Kecamatan Abiansemal menderita penyakit jantung. Dimana, dua orang diantaranya memiliki riwayat penyakit jantung. Informasi ini diperoleh melalui wawancara dengan 10 penduduk usia produktif di lingkungan BTN Bharata, Desa Sibangkaja, Kecamatan Abiansemal. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kadar kolesterol total pada penduduk usia produktif di lingkungan BTN Bharata, Desa Sibangkaja, Kecamatan Abiansemal guna meningkatkan skrining dan intervensi dini, sehingga dapat mengurangi risiko masalah kolesterol total.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, maka perumusan masalah yang ingin diteliti adalah “Bagaimanakah gambaran kadar kolesterol total pada usia produktif di lingkungan BTN Bharata, Desa Sibangkaja, Kecamatan Abiansemal ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum penelitian ini adalah mengetahui gambaran kadar kolesterol total pada usia produktif di lingkungan BTN Bharata Desa Sibangkaja Kecamatan Abiansemal.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik penduduk usia produktif berdasarkan usia, jenis kelamin, IMT, kebiasaan merokok, dan mengonsumsi makanan berlemak.
- b. Mengukur kadar kolesterol total pada penduduk usia produktif di lingkungan BTN Bharata, Desa Sibangkaja, Kecamatan Abiansemal, dengan metode POCT.
- c. Mendeskripsikan kadar kolesterol total terhadap karakteristik berdasarkan usia, jenis kelamin, IMT, kebiasaan merokok, dan mengonsumsi makanan berlemak.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pemahaman peneliti mengenai gambaran kadar kolesterol total pada penduduk usia produktif.

2. Bagi instansi

Sebagai bahan referensi belajar khususnya pada mata kuliah Kimia Klinik di Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Teknologi Laboratorium Medis.

3. Bagi masyarakat

Masyarakat umum mempunyai pemahaman yang lebih baik tentang kadar kolesterol total pada penduduk usia produktif dan pencegahan penyakit seperti penyakit jantung dan stroke.