

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan seseorang sangatlah menjadi sorotan bagi dirinya sendiri. Perubahan dari gaya hidup masyarakat saat ini sangat dipengaruhi oleh globalisasi dari perkembangan zaman yang modern. Banyak dari kita yang memilih untuk makan sembarangan tanpa melihat nutrisi dari makanan itu sendiri. Karena dampak dari kebiasaan buruk ini yang terjadi akan memicu masalah kesehatan bagi seseorang. Banyak dimasyarakat yang menggemari makanan siap saji. Makanan siap saji tersebut diketahui minim sekali kadar nutrisi yang seharusnya dibutuhkan oleh tubuh. Namun studi terbaru mengenai tren diet global yang dirilis oleh jurnal *The Lancet*, menunjukkan dalam hampir 195 negara yang disurvei setelah ditelusuri berbagai masyarakat mengkonsumsi terlalu banyak jenis makanan kurang tepat untuk tubuh. Bahkan bisa dikatakan mengkonsumsi makanan yang sehat dalam jumlah yang sangat rendah (Kemenkes RI, 2019).

Penyebab dari timbulnya masalah kesehatan ini salah satunya adalah obesitas. obesitas dengan cepat menjadi tantangan terbesar kesehatan masyarakat global, tercatat berada diperingkat tiga besar penyebab gangguan kesehatan kronis. Jakarta merupakan provinsi yang penduduk orang dewasanya paling banyak mengalami obesitas, disusul Aceh, Jawa Timur, dan Riau. Jumlah penduduk dewasa (usia di atas 18 tahun) di Indonesia yang mengalami obesitas pun mengalami peningkatan. Berdasarkan Pemantauan Status Gizi (PSG) Kementerian Kesehatan, sekitar 25,8% penduduk dewasa tergolong obesitas pada 2017. Jumlah

itu melonjak dua kali lipat dibandingkan tahun sebelumnya yang hanya 10,6% (Nandini, 2018).

Di Indonesia, 13,5% orang dewasa usia 18 tahun ke atas kelebihan berat badan, sementara itu 28,7% mengalami obesitas ($IMT \geq 25$) dan berdasarkan indikator RPJMN 2015-2019 sebanyak 15,4% mengalami obesitas ($IMT \geq 27$). Sementara pada anak usia 5-12 tahun, sebanyak 18,8% kelebihan berat badan dan 10,8% mengalami obesitas. Diagnosis obesitas dapat ditegakkan melalui penilaian secara langsung dengan menggunakan metode antropometri. Antropometri adalah pengukuran tubuh manusia. Antropometri berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan tingkat gizi seseorang. Metode antropometri yang dapat digunakan untuk mengukur obesitas diantaranya Indeks Massa Tubuh (IMT), skinfold thickness (SKF), rasio lingkar pinggang pinggul (RLPP), bioelectrical impedance analysis (BIA) (Sudargo dkk., 2014). Obesitas pada orang dewasa bisa diukur dengan penilaian IMT.

IMT berlebih atau obesitas menandakan cukup banyak lemak yang tersimpan dalam tubuh serta dapat dipastikan juga akan ada lemak yang tersimpan didalam darah. Berat badan berlebih dapat menyebabkan berbagai penyakit seperti kolesterol tinggi, penyakit jantung, diabetes dan penyakit serius lainnya. Obesitas merupakan keabnormalan jumlah lipid dalam darah, salah satunya adalah peningkatan kolesterol. Peningkatan kolesterol total dalam darah melebihi batas akhir yaitu 240 mg/dl dan disebut sebagai hiperkolesterolemia (WHO, 2013).

American Heart Association (AHA) memperkirakan lebih dari 100 juta penduduk Amerika memiliki kadar kolesterol total >200 mg/dl yang termasuk

kategori cukup tinggi dan lebih dari 34 juta penduduk dewasa Amerika memiliki kadar kolesterol total >240 mg/dl yang termasuk tinggi dan perlu dilakukan terapi (Mayes, 2003). Berdasarkan laporan Badan Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2002, tercatat sebanyak 4,4 juta kematian akibat hiperkolesterolemia atau sebesar 7,9% dari jumlah total kematian. Data yang dihimpun oleh WHO dalam Global status report on non-communicable diseases tahun 2008 memperlihatkan bahwa faktor resiko hiperkolesterolemia pada wanita di Indonesia lebih tinggi yaitu 37,2% dibandingkan dengan pria yang hanya 32,8%.

Hiperkolesterolemia merupakan faktor risiko berbagai macam penyakit. Kadar kolesterol tinggi telah terbukti berhubungan dengan peningkatan risiko penyakit jantung koroner, stroke, hipertensi dan obesitas. Hiperkolesterolemia tidak menimbulkan gejala yang spesifik. Hiperkolesterolemia hanya dapat dideteksi dengan pemeriksaan darah. Bila kadar kolesterol >240 mg/dL, maka dikatakan menderita hiperkolesterolemia (WHO, 2019).

Prevalensi hiperkolesterolemia pada kelompok usia 25-34 tahun adalah 9,3% dan meningkat pula sesuai dengan penambahan usia hingga 15,5% pada kelompok usia 55-64 tahun. Prevalensi hiperkolesterolemia didunia sekitar 45%, di Asia Tenggara sekitar 30%, dan di Indonesia 35% (Kemenkes RI, 2017; Balitbangkes, 2013; WHO, 2019). Saat ini hiperkolesterolemia masih menjadi masalah kesehatan. Peningkatan kadar kolesterol dapat diperkirakan menyebabkan 2,6 juta kematian dan 29,7 juta kecacatan pertahun. Kadar kolesterol dalam tubuh adalah satu faktor terpenting untuk menentukan risiko seseorang untuk menderita penyakit jantung koroner. Ada beberapa faktor risiko yang terbukti melalui penelitian berpengaruh pada kadar kolesterol dalam darah antara lain umur, jenis

kelamin, genetik, kebiasaan merokok, obesitas, dan tentu saja kurangnya aktivitas fisik (Subandrate, Susilawati, & Sayfudin, 2019).

Lingkar perut seseorang dapat dijadikan pendeteksi untuk kasus obesitas sentral. Laki-laki dikatakan obesitas sentral apabila memiliki Lingkar Pinggang (LP) >90 cm dan perempuan yang memiliki Lingkar Pinggang (LP) >80 cm. Banyaknya lemak dalam perut menunjukkan ada beberapa perubahan metabolisme, termasuk meningkatnya produksi asam lemak bebas, Perubahan metabolisme memberikan gambaran tentang pemeriksaan penyakit yang berhubungan dengan perbedaan distribusi lemak tubuh. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh penelitian pada tahun 2016 menunjukkan bahwa semakin banyak sampel dengan obesitas sentral, semakin banyak pula sampel yang memiliki kadar kolesterol yang tinggi dalam darah.

Berdasarkan WHO, pralansia (praseenilis) adalah seseorang yang berusia antara 45–59 tahun. Pra lansia termasuk dalam usia produktif, dimana gaya hidup yang tidak sehat akan meningkatkan penyakit tidak menular. Mengonsumsi makanan yang berlemak dalam jumlah banyak dan kurang aktivitas fisik akan meningkatkan obesitas sehingga kadar kolesterol di dalam darah semakin tinggi. Kolesterol tinggi akan mengakibatkan terjadinya penyakit jantung koroner. Penyakit tidak menular sangat erat kaitannya dengan proses degenerasi dan penuaan. Dengan bertambahnya umur, fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses degeneratif, sehingga PTM banyak muncul dan mengakibatkan menurunnya produktivitas, meningkatnya angka kesakitan dan meningkatkan biaya pengobatan. (2015).

Indeks massa tubuh (IMT) merupakan salah satu indikator penghitungan antropometri untuk memantau status gizi orang dewasa khususnya yang berkaitan dengan kelebihan dan kekurangan berat badan. Obesitas dapat diukur melalui pemeriksaan antropometri. Seseorang dengan IMT/BMI sama dengan atau lebih dari 25 dianggap kelebihan berat badan. Seseorang dengan IMT/BMI 30 atau lebih umumnya dianggap obesitas. Saat ini IMT merupakan indikator yang paling bermanfaat untuk menentukan berat badan lebih atau obes. Hubungan antara lemak tubuh dan IMT sangat ditentukan oleh bentuk tubuh dan proporsional tubuh (Sugondo, 2009). Obesitas dapat didefinisikan sebagai kelebihan lemak tubuh. Penentu yang digunakan adalah indeks massa tubuh (IMT). Obesitas merupakan suatu penyakit multifaktorial yang terjadi akibat akumulasi jaringan lemak berlebihan sehingga dapat mengganggu kesehatan. Kecenderungan terjadinya obesitas dijumpai pada sebagian orang yang umumnya berkaitan erat dengan pola makanan, ketidak seimbangan aktivitas tubuh, status sosial, dan konsumsi makan (Mumpuni, 2011). Obesitas terjadi bila besar dan jumlah sel lemak bertambah pada tubuh seseorang. Bila seseorang bertambah berat badannya maka ukuran sel lemak akan bertambah besar dan kemudian jumlahnya bertambah banyak (Sugondo, 2009).

SMK RISTEK JAYA berdiri sudah sejak lama tapi memiliki peningkatan prestasi pada 8 tahun terakhir. SMK RISTEK JAYA mempunyai visi yaitu memajukan prestasi yang gemilang ditingkat Provinsi, Nasional, bahkan hingga ke Internasional. Dengan visi tersebut para pengurus dan staff mulai bekerja lebih aktif hingga sampai kurangnya dalam menjaga kesehatan

dengan banyaknya kegiatan. Untuk itu pentingnya menjaga kesehatan bagi para pengurus dan staff, karena mereka juga menjamin kesehatan untuk para atlet sebagai visinya. (Profil SMK RISTEK JAYA, 2020).

SMK RISTEK JAYA berencana melakukan pengecekan kesehatan pada para pengurus, staff, karyawan, pelatih, dan atlet. Renacana itu dapat dilakukan pada tiap tahunnya. Namun yang menjadi perhatian khusus, para pengurus dan staff dimana mereka kurangnya aktivitas fisik bahkan makan dengan makanan yang kurang sehat. Maka dari itulah perhatian lebih perlu dilakukan agar semangat bekerja lebih meningkat dan kesehatan tetap bisa terjaga.

Berdasarkan dengan uraian latar belakang diatas mengindikasikan bahwa indeks massa tubuh sebagai salah satu indeks distribusi lemak tubuh yang dapat menentukan hiperkolesterolemia berdasarkan kadar kolesterol total. Hal ini mendorong untuk melakukan penelitian mengenai hubungan indeks massa tubuh dengan kadar kolesterol total pada pengurus dan staff SMK RISTEK JAYA.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang diuraikan di atas dapat ditarik beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian hubungan IMT dengan kadar kolesterol total di SMK RISTEK JAYA belum diketahui.
2. Belum diketahui hasil IMT dan lingkaran perut dengan kadar kolesterol total.
3. Tidak diketahui rata-rata indeks massa tubuh SMK RISTEK JAYA.
4. Tidak diketahui faktor yang mempengaruhi penyebab kolesterol total.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan hasil identifikasi masalah yang sudah diuraikan maka perlu adanya pembatasan masalah penelitian dengan hanya fokus pada hubungan indeks massa tubuh dengan kadar kolesterol total berdasarkan subjek orang dewasa pada pengurus dan staff SMK RISTEK JAYA.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan yakni :

1. Apakah ada hubungan antara Indeks Massa Tubuh dengan Kadar Kolesterol Total pada pengurus dan staff SMK RISTEK JAYA?
2. Apakah ada hubungan antara Lingkar Perut dengan Kadar Kolesterol Total pada pengurus dan staff SMK RISTEK JAYA?
3. Apakah ada hubungan antara Indeks Massa Tubuh dan Lingkar Perut dengan Kadar Kolesterol Total pada pengurus dan staff SMK RISTEK JAYA?

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Penelitian ini memberi manfaat untuk pencegahan akibat dari penyakit kolesterol berlebih agar tetap bisa menjaga kesehatan. Dapat digunakan juga screening yang murah mengidentifikasi obesitas dan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya.