

# **BAB I PENDAHULUAN**

## **1.1 Latar Belakang**

Permasalahan kesehatan pada masyarakat terjadi diduga akibat beberapa faktor yang berperan. Dimulai dari terjadinya perubahan gaya hidup menjadi kurang sehat, kebiasaan pola makan tidak teratur ditambah dengan konsumsi makanan tinggi kolesterol, kurangnya aktivitas fisik, dan faktor stres sehingga memicu terjadinya obesitas (Yani 2015).

Resiko kesehatan disebabkan oleh bertumpuknya lemak yang menyebabkan obesitas (WHO 2017). Obesitas menjadi suatu masalah kesehatan yang hampir dialami oleh masyarakat di seluruh dunia terutama daerah perkotaan. Obesitas dapat dibedakan menjadi beberapa klasifikasi, Obesitas dapat dibagi menjadi obesitas sentral dan umum berdasarkan dimana terdapat persebaran lemaknya (Hasanah 2013).

Obesitas sentral dapat diamati melalui pengukuran menggunakan pita ukur dimana laki-laki tergolong memiliki obesitas sentral jika memiliki ukuran lingkar pinggang lebih dari 90 cm untuk perempuan apabila lebih dari 80 cm (Harbuwono *et al.* 2018). Peningkatan masalah kesehatan yang terjadi pada orang dengan obesitas sentral digunakan oleh klinisi untuk menjadi salah satu faktor dalam menentuakn kesehatan seseorang (Sahakyan *et al.* 2015).

Menurut WHO di tahun 2014, 1,9 miliar orang mengalami obesitas dengan prevalensi usia diatas 18 tahun. Obesitas dialami oleh 13% dari keseluruhan orang dewasa (11% laki-laki dewasa dan 15% perempuan dewasa. Pada tahun 2014,

sebanyak 39% orang berusia 18 tahun keatas dengan 40% pada wanita dan 38% pada laki-laki (WHO 2021).

Peningkatan prevalensi dari penduduk yang mengalami obesitas cukup tinggi dari. Pada tahun 2013 laki-laki yang berusia diatas 18 tahun yang tergolong obesitas sebesar 19,7%, angka ini meningkat 7,8% dari tahun 2010. Pada tahun 2013 untuk wanita yang berusia diatas 18 tahun dan tergolong obesitas sebesar 32,9%, lebih tinggi 17,5% dari 2010, dan mengalami peningkatan 18,1% dari tahun 2010 (Riskesdas 2013).

Di Indonesia sendiri prevalensi dari obesitas sentral meningkat dari tahun ke tahun. Peningkatan Prevalensi ini terjadi hampir diseluruh provinsi dan ada 18 provinsi yang terjadi peningkatan prevalensi obesitas sentral diatas rata-rata angka nasional. Prevalensi obesitas sentral terendah pada Provinsi Nusa Tenggara Timur sebesar 15,2% sedangkan Provinsi yang memiliki prevalensi tertinggi pada DKI Jakarta sebesar 39,7% (Riskesdas 2013).

Obesitas menjadi faktor dalam peningkatan kadar kolesterol total dalam darah. obesitas sentral menjadi faktor dalam peningkatan resiko morbiditas dan mortalitas. Obesitas menyebabkan peningkatan resiko terhadap penyakit kardiovaskular. Obesitas sentral menjadi penyebab dari meningkatnya kadar kolesterol total dalam darah atau biasa disebut hiperkolesterolemia (Larasati 2018).

Kolesterol yang tinggi sangat berhubungan dengan tingginya resiko terhadap penyakit jantung dan pembuluh darah. penumpukan kolesterol yang tidak terlalu terlihat menjadi ancaman tinggi terhadap kesehatan seseorang. Hal seperti ini membuat seseorang bisa terkena masalah kesehatan serius hingga kematian. Umur yang muda tidak menjamin seseorang bisa bertahan dari serangan kolesterol.

Gaya hidup dan kurang memperhatikan kesehatan tubuh bisa terkena kolesterol bahkan dengan umur dibawah 40 tahun (Hussain *et al.* 2016).

Keadaan kadar lipid yang tidak normal dalam darah membuat resiko terhadap arterosklerosis menjadi meningkat. Bahkan ketidaknormalan kadar lipid ini ditemukan pada orang dengan umur 15 tahun keatas mencapai lebih dari 30 juta orang, data HDL yang rendah mencapai 22,9 persen, untuk kadar LDL yang tidak normal sebesar 60,3% dan LDL yang tinggi sampai sangat tinggi sebesar 15,9%, (Risksedas 2013).

Kolesterol adalah salah satu komponen dari zat lipid atau lemak yang diperlukan oleh tubuh terutama pembentukan hormon-hormon steroid. namun konsumsi makanan yang mengandung kolesterol secara berlebihan memberikan dampak negatif bagi tubuh. Kebiasaan masyarakat yang kurang baik dalam pemilihan makanan sering membuat seseorang mengalami hiperkolesterolemia (Adnyana dan Padmiari 2014).

Mengonsumsi makanan yang memiliki kadar lemak yang tinggi terutamanya lemak jenuh berkontribusi dalam peningkatan kadar kolesterol darah yang kelamaan mengendap pada dinding pembuluh darah mengakibatkan aterosklerosis serta berujung pada penyakit kardiovaskular. Banyak faktor yang mempengaruhi peningkatan kolesterol terutamanya akibat perubahan gaya hidup. Peningkatan minat masyarakat terhadap makanan cepat saji akibat kemudahan yang disediakan membuat minat untuk mengonsumsi makanan yang memiliki gizi seimbang kurang diminati oleh masyarakat, hal ini membuat konsumsi makanan masyarakat cenderung tinggi lemak terutamanya lemak jenuh, tinggi kolesterol, dan rendah serat. Adanya akulturasi budaya yang membuat perubahan pola makan

masyarakat dan tumbulnya gaya hidup kurang gerak atau *sedentary life* mengarah pada timbulnya obesitas (Adnyana dan Padmiari 2014).

Keadaan peningkatan kolesterol terjadi secara global akibat gaya hidup yang terjadi. Menurut Virani *et al.* di Amerika sendiri 38% atau sekitar 100 juta orang dewasa memiliki kadar kolesterol yang tinggi, kematian yang diakibatkan oleh peningkatan kolesterol dalam tubuh mencapai 4,4 juta kematian yang setara dengan 7,9 persen kematian yang terjadi pada usia muda. Angka kematian paling tinggi terjadi di Eropa dengan angka 54%, Asia Tenggara 22,6%, dan Afrika 29%.

Di Indonesia sendiri diperkirakan 18% dari keseluruhan penduduk mengalami kelainan lemak dan dari jumlah itu 80% mengalami kematian dan 50% dari pasien meninggal tersebut tidak menunjukkan gejala sebelumnya. Untuk di provinsi Bali banyak ditemukan gaya hidup masyarakat yang mulai cenderung mengikuti gaya hidup modern dengan banyak konsumsi makanan tinggi lemak dan gaya hidup kurang gerak yang menyebabkan peningkatan kadar kolesterol dalam tubuh (Adnyana dan Padmiari 2014).

Obesitas yang menetap berpengaruh sangat tinggi terhadap sindrome metabolik yang mengakibatkan terjadinya kolesterolemia. Orang yang memiliki berat badan yang tinggi memiliki kecenderungan untuk mengalami peningkatan pada kolesterol darah totalnya jika dibandingkan dengan dibandingkan dengan orang yang memiliki berat badan normal, peningkatan kadar kolesterol sering terjadi pada orang yang obesitas, kurang berolahraga, dan sering merokok. Kadar kolesterol sebaiknya berada dibawah 200 mg/dl, jika diatas 200 mg/dl meningkatkan kejadian penyakit jantung. Hubungan obesitas dan tingginya kadar kolesterol telah dilaporkan baik pada anak-anak maupun dewasa (Hastuty 2015).

Peningkatan risiko obesitas pada mahasiswa Program Studi Kedokteran sering terjadi akibat mengonsumsi banyak makanan namun kurang dalam aktivitas fisik yang membuat tingginya kadar kalori yang masuk dalam tubuh tidak seimbang dengan pengeluarannya. Menurut beberapa penelitian menunjukkan angka obesitas yang cukup tinggi pada mahasiswa Program Studi Kedokteran. Penelitian dari Eka *et al.* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi pada tahun 2011 menunjukkan angka mahasiswa yang memiliki kelebihan berat badan sebanyak 32,2%. Penelitian Swari *et al.* yang dilakukan pada mahasiswa dari Fakultas Kedokteran Udayana juga menunjukkan angka *overweight* mencapai 28,6%.

Observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti mengenai obesitas pada beberapa mahasiswa di lingkungan kampus FK Undiksha, banyak mahasiswa yang memiliki risiko peningkatan berat badan. Banyak dari mereka sering mengonsumsi dari makanan yang memiliki kadar lemak tinggi seperti makanan cepat saji, gorengan, dan daging-dagingan. Pola makan seperti ini dapat meningkatkan risiko obesitas dan kolesterol. Dilihat dari studi pendahuluan juga menunjukkan mereka kurang melakukan aktifitas fisik dan sering mengalami stres saat menjalani perkuliahan yang menjadi faktor risiko dalam risiko obesitas.

Mengingat dampak yang diakibatkan akibat keadaan kolesterol yang tinggi dan obesitas terhadap masalah kesehatan yang ditimbulkan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan lingkaran pinggang dengan kadar kolesterol total pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.



## **1.2 Rumusan Masalah**

Dari permasalahan yang telah dijabarkan diatas, peneliti tertarik untuk membahas bagaimana hubungan lingkar pinggang dengan kadar kolesterol total pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui dari hubungan lingkar pinggang dengan kadar kolesterol total pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Berikut manfaat dari penelitian ini sebagai berikut:

### **1.4.1 Bagi Peneliti**

Memberikan informasi lingkar pinggang dengan kadar kolesterol total pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha sehingga bisa dijadikan rujukan bagi peneliti kedepannya.

### **1.4.2 Bagi Praktisi**

Memberikan informasi tentang hubungan lingkar pinggang dengan kadar kolesterol total pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.

### **1.4.3 Bagi Masyarakat Umum**

Memberikan informasi berupa fakta mengenai hubungan lingkar pinggang dengan kadar kolesterol total pada mahasiswa Program Studi Kedokteran

Universitas Pendidikan Ganesha dan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat.

