

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan *World Health Organization* (2022), kurangnya aktivitas fisik merupakan salah satu penyebab utama peningkatan risiko terkena penyakit tidak menular, seperti masalah jantung, stroke, dan masalah pada metabolik, termasuk dislipidemia, yang ditandai dengan tingginya kadar trigliserida. Hal ini umum terjadi pada pekerjaan kantor seperti pegawai perpustakaan dan kearsipan, di mana sebagian besar pekerjaan dilakukan sambil duduk di depan komputer atau meja.

Berdasarkan hasil Survey kesehatan Indonesia (2023) yang diterbitkan oleh Badan kebijakan Pembangunan Kesehatan-Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi pemeriksaan kadar trigliserida tinggi pada penduduk Indonesia menunjukkan angka yang signifikan, yaitu 22,8% secara nasional. Data serupa untuk tingkat provinsi khususnya di Provinsi Bengkulu belum ditemukan secara eksplisit dalam publikasi yang tersedia, namun tren nasional ini menunjukkan bahwa gangguan profil lipid seperti naiknya kadar trigliserida menjadi masalah kesehatan masyarakat yang penting untuk diperhatikan, termasuk pada kelompok pegawai perpustakaan dan kearsipan.

Lipid merupakan salah satu elemen nutrisi yang multifungsi dan sangat krusial bagi kehidupan. Meskipun memiliki dampak buruk bagi kesehatan, lemak memegang banyak fungsi krusial bagi tubuh, seperti melindungi organ vital, menjaga kestabilan suhu sebagai isolator, melarutkan

vitamin A, D, E, dan K, menjadi komponen membran sel, perantara komunikasi antar sel, serta penyuplai energi. Secara umum, lemak terbagi menjadi dua kategori utama, yakni asam lemak jenuh yang berpotensi menaikkan kadar kolesterol yang kemudian memicu lonjakan trigliserida dan asam lemak tak jenuh yang justru berperan sebaliknya dalam menurunkan kolesterol (Rayhand et al., 2025).

Penumpukan lemak di dalam darah dapat menyebabkan dinding arteri menjadi lebih tebal karena adanya pembentukan plak (*aterosklerosis*) yang terdiri dari kolesterol, trigliserida, kalsium, dan sisa-sisa sel yang menempel serta merusak lapisan dalam pembuluh darah secara bertahap. Ketika dinding pembuluh darah menebal dan mengeras akibat tumpukan lemak, saluran arteri menjadi kurang fleksibel dan kaku. Akibatnya, pembuluh darah tidak bisa mengembang dengan baik saat jantung memompa darah (Rayhand et al., 2025).

Sebaran kadar trigliserida pada populasi dewasa menunjukkan adanya variasi yang cukup besar. Penelitian pada lebih dari 1,5 juta orang menemukan bahwa 68,9% memiliki kadar trigliserida $\leq 1,7$ mmol/L, 29,0% berada pada kisaran 1,7-4,5 mmol/L, 1,9% pada 4,5-10 mmol/L, 0,2% pada 10-20 mmol/L, dan 0,04% lebih dari 20 mmol/L. Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar orang memiliki kadar trigliserida normal, masih ada sebagian yang cukup besar dengan kadar tinggi, yang bisa meningkatkan risiko gangguan metabolisme lipid dan penyakit kardiovaskular (Patel et al., 2022).

Kebiasaan berlama-lama duduk tanpa melakukan gerakan ringan bisa menyebabkan penurunan aktivitas metabolisme tubuh. Ketika tubuh tetap dalam posisi statis terlalu lama, penggunaan energi berkurang sehingga trigliserida tidak diolah secara maksimal dan cenderung mengendap di dalam darah. Pola ini umumnya terjadi pada seseorang untuk duduk terus-menerus seperti pekerjaan di bidang administrasi, layanan informasi, atau pengarsipan (Maciel et al., 2022).

Gaya hidup modern yang ditandai dengan aktivitas fisik rendah dan durasi duduk tinggi berkontribusi terhadap peningkatan kadar trigliserida dalam darah. Bekerja dengan posisi duduk terus-menerus dalam waktu lama berisiko menurunkan aktivitas enzim lipoprotein lipase pengurai trigliserida. Dampaknya, trigliserida gagal dipecah secara maksimal dan berujung pada meningkatnya kadar zat tersebut di dalam darah (Gu et al., 2024).

Studi pada 35 ribu pekerja di Shanghai menunjukkan prevalensi dislipidemia sebesar 29,1%, dengan kadar trigliserida tinggi mencapai 15,86%. Hasil penelitian tersebut menyimpulkan bahwa semakin lama seseorang duduk atau terlibat dalam aktivitas sedentari, semakin tinggi risiko peningkatan trigliserida dan penurunan kolesterol HDL. Temuan ini relevan dengan karakteristik pekerjaan di bidang perpustakaan dan kearsipan, di mana sebagian besar aktivitas dilakukan dalam posisi duduk yang berkepanjangan, seperti membaca, mengetik, serta melakukan berbagai kegiatan administratif.

Dengan tingginya potensi terpapar perilaku sedentari, kelompok pekerja ini berisiko besar mengalami peningkatan kadar trigliserida dalam darah (Gu et al., 2024).

Pegawai perpustakaan memiliki tanggung jawab utama dalam mengelola, mengolah, dan menyajikan informasi melalui berbagai sistem dan aplikasi pengelolaan bahan pustaka. Tenaga perpustakaan merupakan bagian pengolahan bahan pustaka yang dituntut memiliki kompetensi dalam memanfaatkan teknologi informasi untuk mendukung efektivitas layanan. Sebagian besar aktivitas kerja dilakukan di dalam ruangan dan melibatkan penggunaan komputer dalam waktu yang lama, seperti proses katalogisasi, entri data, serta pemeliharaan koleksi digital (Thea et al., 2022).

Selain kompetensi teknis, pegawai perpustakaan juga dipengaruhi oleh iklim organisasi tempat mereka bekerja. Iklim organisasi di perpustakaan umum Indonesia ditentukan oleh faktor lingkungan kerja yang meliputi suasana ruang, hubungan antarpegawai, serta sistem manajemen yang diterapkan. Pegawai perpustakaan umumnya bekerja dalam struktur yang relatif formal dan rutin, dengan aktivitas yang terpusat di area layanan dan administrasi. Pola kerja seperti ini sering kali menimbulkan kejenuhan dan menurunkan motivasi bila tidak diimbangi dengan lingkungan kerja yang mendukung kesejahteraan pegawai (Srirahayu, 2023).

Pekerja di bidang perpustakaan umumnya memiliki aktivitas fisik yang rendah karena sebagian besar waktu dihabiskan duduk di depan komputer. Pemilihan Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Provinsi Bengkulu

sebagai lokasi penelitian didasarkan pada hasil survey awal yang dilakukan dengan membandingkan jumlah pegawai di dua perpustakaan berbeda. Berdasarkan survey, pegawai Perpustakaan Universitas Bengkulu memiliki jumlah pegawai yang lebih sedikit dengan total pegawai sebanyak 21 orang, dibandingkan Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Provinsi Bengkulu dengan total pegawai sebanyak 82 orang sehingga dinilai lebih representatif sebagai lokasi penelitian.

Jumlah pegawai yang lebih besar memungkinkan peneliti memperoleh data yang lebih relevan untuk kebutuhan penelitian ini. Kemudian dengan pola kerja yang pasif dan minim gerak yang dapat mempengaruhi keseimbangan metabolisme lemak dalam tubuh. Kondisi tersebut berpotensi menyebabkan peningkatan kadar trigliserida yang berdampak pada kesehatan. Oleh karena itu, penting dilakukan penelitian untuk mengetahui gambaran kadar trigliserida pada pegawai Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Provinsi Bengkulu sebagai langkah awal pemantauan faktor risiko metabolik di lingkungan kerja.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah penelitian tersebut adalah "Gambaran Kadar Trigliserida pada Pegawai Perpustakaan dan Kearsipan Provinsi Bengkulu".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui bagaimana "Gambaran Kadar Trigliserida pada pegawai Perpustakaan dan Kearsipan Provinsi Bengkulu".

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi proporsi kadar trigliserida pegawai perpustakaan dan kearsipan Provinsi Bengkulu Tahun 2026.
- b. Diketahui distribusi proporsi jenis kelamin pegawai perpustakaan dan pengarsipan Provinsi Bengkulu Tahun 2026.
- c. Diketahui rata-rata usia pegawai perpustakaan dan kearsipan Provinsi Bengkulu Tahun 2026.
- d. Diketahui distribusi proporsi status gizi pegawai perpustakaan dan kearsipan Provinsi Bengkulu Tahun 2026.
- e. Diketahui distribusi proporsi kebiasaan konsumsi makanan pegawai perpustakaan dan kearsipan Provinsi Bengkulu Tahun 2026.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dan pengetahuan kepada masyarakat dari kelompok atau individu tentang dampak kegiatan fisik rendah terhadap peningkatan kadar trigliserida.

2. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat bermanfaat sebagai bahan pembelajaran dan literatur bagi Pendidikan di Poltekkes Kemenkes Kota Bengkulu.

3. Bagi Penelitian Lain

Penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk pengembangan ilmu dan referensi bagi penelitian lain tentang kadar Trigliserida pada Pegawai Perpustakaan dan Pengarsipan Provinsi Bengkulu Tahun 2026.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Desain dan Metode Penelitian	Populasi Dan Sampel	Hasil Penelitian
1	Prevalence of dyslipidemia and associated factors in sedentary occupational population from Shanghai: a cross-sectional study Penulis: (Gu et al., 2024)	Desain: Cross Sectional Study Metode: Pendekatan Statistik Multivariat	Populasi: Pekerja sedentary Sampel: Pekerja yang memenuhi kriteria	Penelitian di Shanghai menunjukkan bahwa 29,1% pekerja sedentari mengalami dislipidemia, dengan 15,86% memiliki trigliserida tinggi.
2	Analisis Faktor-Faktor Risiko Kejadian Dislipidemia pada Karyawan Pria Head Office PT. X, Cakung, Jakarta Timur. Penulis: (Rahmawati & Sartika, 2020)	Desain: Kuantitatif Metode: Penelitian analitik observasional dengan desain cross-sectional	Populasi: Seluruh karyawan pria di Head Office PT X, Cakung. Sampel: sebanyak 62 orang, diambil dengan teknik total sampling	Sebanyak 80,6% responden mengalami dislipidemia. Faktor risiko bermakna: asupan karbohidrat tinggi (OR = 10,8), IMT obesitas (OR = 3,9), dan lingkaran pinggang besar (OR = 2,3)
3	Gambaran Kadar Trigliserida Pada Wanita Dengan Sedentary Lifestyle Penulis (Novi et al., 2024)	Desain: Deskriptif dengan pendekatan cross sectional Metode: Purposive sampling	Populasi: Seluruh wanita dewasa di Desa Dukuhlo Sampel: 25 orang wanita dewasa dengan gaya hidup sedentari	Sebagian besar wanita dengan gaya hidup sedentari mempunyai kadar trigliserida dalam kategori normal (64%), sedangkan 24% dalam kategori batas tinggi, dan 12% dalam kategori tinggi.