

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kolesterol merupakan senyawa lemak jenis sterol yang terdapat dalam membran sel dan beredar dalam plasma darah. Zat ini dapat diproduksi oleh hati atau diperoleh dari konsumsi lemak jenuh dalam makanan. Kolesterol berperan dalam metabolisme lemak dan menjadi bahan dasar untuk pembentukan hormon steroid. Kelebihan kolesterol dalam darah cenderung menempel pada lapisan dalam dinding pembuluh darah. Secara umum, kadar kolesterol dalam tubuh bisa dikendalikan melalui pola hidup sehat dan dengan menghindari makanan atau minuman yang dapat memicu peningkatan kadar kolesterol (Arisanti et al., 2023).

Penyakit Tidak Menular (PTM) menjadi perhatian global karena dampaknya yang signifikan terhadap kesehatan masyarakat. Faktor risiko seperti gaya hidup tidak seimbang, termasuk konsumsi makanan tinggi kolesterol, dapat meningkatkan kemungkinan terkena hiperkolesterolemia, yang berpotensi memicu penyakit seperti hipertensi, obesitas, stroke, dan penyakit jantung koroner. Penyakit Tidak Menular (PTM) kini menjadi isu kesehatan utama di tingkat nasional dan internasional karena dampaknya yang signifikan. Hiperkolesterolemia merupakan salah satu faktor risiko utama PTM, dengan prevalensi yang masih tinggi di Indonesia dan kawasan Asia Tenggara (Prehanawan et al., 2022).

Kolesterol merupakan jenis lemak esensial dalam sel tubuh yang berperan penting menyusun dinding sel serta menjadi bahan baku pembentukan berbagai hormon. Walau mayoritas kebutuhannya sekitar 80% dihasilkan secara alami oleh organ hati dan sisanya diperoleh dari konsumsi pangan hewani seperti daging, telur, serta susu, kadarnya yang berlebihan dalam darah tetap harus diwaspadai karena dapat memicu masalah kesehatan serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, hingga gangguan sirkulasi darah. Oleh sebab itu, pemeriksaan darah rutin untuk mengukur kolesterol total yang mencakup komponen trigliserida, LDL, dan HDL sangat diperlukan guna mendeteksi dan meminimalkan risiko penyakit tersebut sejak dini (Rosmania & Yanti, 2020).

Meskipun kaya akan beragam vitamin, udang termasuk jenis udang galah memiliki kandungan kolesterol yang tergolong tinggi sehingga berpotensi meningkatkan risiko penyakit jantung serta stroke apabila dikonsumsi secara berlebihan. Oleh karena itu, penerapan gaya hidup sehat yang diimbangi dengan pola makan bergizi seimbang sangat diperlukan untuk menetralkan efek negatif tersebut sekaligus menjaga kadar kolesterol dan kesehatan jantung tetap optimal. (Jasmine, 2024).

Pembangunan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas memerlukan perhatian pada perkembangan generasi muda melalui pola hidup sehat dan pola makan seimbang untuk memastikan kesiapan fisik dan mental serta mencegah masalah kesehatan terkait kolesterol tinggi yang dapat berdampak negatif pada kualitas hidup. Dengan menerapkan pola hidup sehat dan pola makan seimbang,

generasi muda dapat memiliki kesiapan optimal untuk menghadapi tantangan di masa depan dan mencapai potensi maksimal mereka (Suarsih, 2020).

Pemeriksaan kesehatan rutin pada kadar kolesterol total dapat memberikan informasi penting tentang potensi risiko penyakit akibat kolesterol tinggi. hal ini memungkinkan individu mengambil langkah-langkah pencegahan yang tepat untuk menjaga kesehatan khususnya kadar profillipid. Dengan mengadopsi perilaku hidup sehat, seperti berhenti merokok dan mengendalikan konsumsi alkohol, individu dapat mengurangi risiko peningkatan kadar kolesterol dan komplikasi kardiovaskular yang dapat berdampak serius pada kesehatan mereka (Kosasih et al., 2024).

PT Maju Tambak Sumur (MTS) Tambak Udang Didesa Genting Juar Kabupaten Seluma menjadi alasan penelitian dilakukan yang dimana Penelitian mengenai kadar kolesterol pada pekerja tambak udang bertujuan menganalisis potensi bahaya kesehatan yang bersumber dari kebiasaan makan, pola hidup, hingga kondisi lingkungan tempat mereka bekerja. Melalui pemahaman mendalam atas berbagai faktor pencetus tersebut, riset ini diharapkan mampu merumuskan langkah pencegahan maupun intervensi medis yang tepat guna menekan risiko penyakit akibat lonjakan kolesterol di kalangan pekerja. Selain itu, penelitian ini juga dapat membantu meningkatkan kesehatan masyarakat dengan memberikan informasi yang akurat tentang pentingnya menjaga kadar kolesterol dan mengelola faktor-faktor risiko yang terkait.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pekerja tambak udang dan masyarakat luas dengan meningkatkan kesadaran dan pengetahuan

tentang pentingnya menjaga kesehatan dan mengelola kadar kolesterol. Dengan demikian, penelitian ini dapat berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup dan kesehatan masyarakat.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari uraian latar belakang diatas maka rumusan masalah yang dapat kita ambil dari penelitian ini bagaimana “Gambaran Kadar Kolesterol pada pekerja PT Maju Tambak Sumur (MTS) Tambak Udang di Desa Genting Juar Kabupaten Seluma

A. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui Gambaran kadar kolesterol pada pekerja PT Maju Tambak Sumur (MTS) Tambak Udang di Desa Genting Juar Kabupaten Seluma

2. Tujuan Khusus

- a. mengetahui rata-rata usia pada pekerja tambak udang PT MTS Desa Genting Juar Kabupaten Seluma
- b. mengetahui distribusi frekuensi kebiasaan makan Udang para pekerja Tambak udang PT MTS Desa Genting Juar Kabupaten Seluma
- c. mengetahui distribusi kadar kolesterol pada pekerja Tambak udang PT MTS Desa Genting Juar Kabupaten Seluma
- d. mengetahui rata-rata lama bekerja para pekerja PT MTS
- e. mengetahui rata-rata lama tidur para pekerja PT MTS

A. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Adapun dengan adanya penelitian ini dapat bermanfaat dan menambahkan wawasan kesadaran serta informasi tentang kesehatan bagi masyarakat dan masyarakat dapat mengetahui berapa kadar kolesterol pada tubuh terutama pada para pekerja PT MTS Tambak Udang Kabupaten Seluma Desa Genting Juar

2. Bagi Akademik

Adapun manfaat bagi akademik dengan adanya penelitian dapat menambah pengetahuan dan pemahaman tentang kolesterol dan menambah informasi yang dapat digunakan sebagai referensi pengetahuan tentang pentingnya kesehatan dan cara pemeriksaan kolesterol

3. Bagi Peneliti Lain

Dapat menyediakan data informasi yang dapat digunakan sebagai acuan untuk penelitian lanjutan serta dapat membantu peneliti lain memahami lebih baik tentang kolesterol ,membuka peluang untuk penelitian lanjutan tentang pemeriksaan kolesterol .

A. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Judul dan Nma Peneliti	Desain dan Metode Pemeriksaan	Populasi dan Sampel	Hasil
1	Gambaran Kadar Kolesterol Total Pada Lansia Di Puskesmas Rumbai Penulis: (1Fatma, 2Eli	deskriptif kuantitatif Metode Poct	lansia yang berkunjung ke Puskesmas Rumbai 64 orang perempuan	Dari hasil keseluruhan kadar kolesterol total pada lansia di Puskesmas Rumbai Kota Pekanbaru adalah 231.23 mg/dl, dapat disimpulkan bahwa

	Yusrita Devitria, Elfia, 5Mentari Dwi Anggrain 2024)	3Rosa 4Mega		berusia tahun	>60	semakin bertambah usia jika tidak mengatur pola makan dan pola hidup sehat maka semakin meningkatkadar kolesterol di dalam tubuh.
2.	Gambaran kadar kolesterol total darah pada pekerja kantoor Penulis: (1Oktavia T. Waani 2Murniati Tiho 2Stefana H.M. Kaligis 2016)	kadar total pekerja	deskriptif dengan pendekatan cross sectional total sampling	52 pekerja kantor		Dari128 sampel pekerja administrasi penelitian, responden yang memiliki kadar kolesterol >200 mg/dL dengan usia ≥ 45 tahun lebih banyak yaitu 107 responden (83,60%) dibandingkan responden dengan usia <45 tahun (16,40%).10 Semakin tua usia maka semakin besar kemungkinan timbulnya karat yang menempel di dindingdan menyebabkan mengganggu aliran air yang melewatinya. Oleh karena itu, usia juga merupakan salah satu faktor risiko terjadinya peningkatan kolesterol dalam darah. Olahraga
3	Gambaran kadar kolesterol pasien yang mendapatkan terapi bekam Penulis: (Tri Puspa Rini1, Darwin Karim2, Riri Novayelinda3 2014)	kadar pasien	Deskriptif non probability sampling dengan jenis purposive sampling,	36 responden yang mendapatkan terapi bekam		Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata- rata kadar kolesterol pasien yang mendapatkan terapi bekam berdasarkan usia didapatkan > 50 tahun memiliki mean yang lebih tinggi yaitu 218 mg/dl, berdasarkan jenis kelamin didapatkan laki-laki memiliki mean yang lebih tinggi yaitu 202,7 mg/dl, berdasarkan tingkat pendidikan didapatkan SMP memiliki nilai mean yang lebih tinggi yaitu 208,5 mg/dl, hal ini dikarenakan tingkat pendidikan mempengaruhi gaya hidup seseorang dalam menerapkan perilaku hidup sehat.