BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Hiperkolesterolemia menjadi salah satu prioritas utama masalah kesehatan di dunia. Hiperkolesterolemia merupakan faktor metabolisme yang dapat meningkatkan penyakit stroke, jantung, dan penyakit kardiovaskular lainnya. Secara global, penyakit jantung iskemik sebagian besar disebabkan oleh tingginya kolesterol. Masalah yang sering terjadi pada usia lansia yaitu gangguan sirkulasi darah dan gangguan metabolilsme regulasi hormonal pada lansila salah satunya adalah hiperkolestrolemia karena sistem metabolisme lemak terjadi pada kenaikan lemak sehingga kadar kolestrol total akan meningkat secara bertahap seiring dengan bertambahnya usia (Aisah et al., 2024).

Kolesterol memiliki peran penting dalam pengaturan fluiditas dan permeabilitas membrane. Selain itu merupakan lipid amfipatik sebagai lapisan luar lipoprotein plasma yang memiliki peran sangat penting dalam tubuh yang terdapat di dalam darah serta di produksi oleh hati. Peningkatan kadar kolesterol dalam darah disebut sebagai hiperkolesterolemia dengan gejala yang sering ditemui yaitu sering pusing di kepala bagian belakang, tengkuk dan pundak terasa pegal, sering pegal, kesemutan di tangan dan kaki bahkan ada yang mengeluhkan dada sebelah kiri terasa nyeri seperti tertusuk (Dana & Maharani, 2022).

Setiap manusia pasti akan mengalami proses penuaan, akan tetapi proses menua yang sehat merupakan tujuan hidup bagi setiap yang bernyawa (Suarsih, 2020). Proses menua merupakan proses yang terjadi terus menerus dan saling berkaitan, selanjutnya akan menyebabkan beberapa perubahan pada tubuh sehingga akan mempengaruhi fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan. Masa lanjut usia membawa penurunan fisik dan kecenderungan angka kesakitan meningkat, salah satunya penyakit jantung koroner. Penyakit yang menjadi penyebab utama dari total kematian penduduk Indonesia maupun dunia dan salah satu faktor resikonya adalah hiperkolesterolemia. Hal ini dipengaruhi oleh faktor usia, jenis kelamin, pola makan, stress, alkohol, dan aktivitas fisik (Adhiyani, 2019).

Kolesterol tinggi terbanyak ada pada lansia di Indonesia yang disebabkan mengkonsusmsi makanan berlemak yang berlebihan.Oleh karena itu lemak menimbulkan kadar dalam darah yang dapat menyebabkan kematian, misalnya pada penderita penyakit

jantung *coroner*, sehingga lemak dianggap sangat berbahaya bila dikonsumsi secara berlebihan. Kandungan lemak yang tinggi dapat memperlambat peredaran darah dan mempersempit pembuluh darah.(Tisartiaka dkk,2022)

Data dari *National Health and Nutrition Examination Survey* (NHANES) di Amerika Serikat menunjukkan bahwa pada periode Agustus 2021 hingga Agustus 2023, prevalensi kolesterol total tinggi pada orang dewasa berusia 20 tahun ke atas adalah 11,3%. Tidak terdapat perbedaan signifikan antara pria (10,6%) dan wanita (11,9%) (Margaret ddk.,2023)

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) Pada tahun 2020 penduduk di dunia berusia 60 tahun ke atas lebih (lanjut usia) lebih dari 1 miliar orang, mewakili 13,5% dari populasi di dunia 7,8 miliar, angka itu 2,5 kali lebih besar Peningkatan kadar kolesterol meningkatkan risiko penyakit jantung dan stroke. Secara global, sepertiga penyakit jantung iskemik disebabkan oleh kolesterol tinggi. Secara keseluruhan, peningkatan kolesterol diperkirakan menyebabkan 2,6 juta kematian (4,5% dari total) dan 29,7 juta , atau 2% . Kolesterol total yang meningkat merupakan penyebab utama beban penyakit baik di negara maju maupun berkembang sebagai faktor risiko jantung iskemik dan stroke. (Kristiana et al., 2021).

Laporan Survey Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukan pravalensi kadar kolestrol yang lebih tinggi dari normal pada kalangan orang dewasa Kelompok 25-29 tahun sebanyak 67,0% kelompok umur 30-34 sebanyak 66,3%. Kelompok berusia 65 ke atas berdasarkan hasil usia yang rentan berusia 55-64 tahun, yaitu sebesar 50,8%. Pada jenis kelamin wanita sebanyak 63,3% dan laki-laki sebanyak 71.0%. Angka kejadian kolestrol di perkirakan tertinggi di Indonesia seluruh dunia 350-810 kasus per 100.000 penduduk.

Berbagai kebiasaan tersebut dapat meningkatkan kadar kolesterol jahat (LDL) dalam darah. Bila dibiarkan, kadar LDL yang berlebihan bisa memicu penimbunan lemak di dinding pembuluh darah dan akhirnya menyebabkan penyempitan pembuluh darah. Jika aterosklerosis terjadi di arteri jantung, yaitu pembuluh darah yang mengalirkan oksigen dan nutrisi untuk otot jantung, kondisi ini bisa menimbulkan penyakit jantung koroner, bahkan serangan jantung (Anakonda, S., 2019).

Profil Kesehatan Provinsi Bengkulu pada tahun 2023 jumlah penduduk Usia lansia yang mendapatkan skrining kesehatan sesuai standar sebanyak 33.012 orang .Dinas Kesehatan Kota Bengkulu mencatat pada tahun 2023 jumlah penduduk usia lansia sebanyak 21.315 orang yang terdapat di sejumlah kabupaten/kota. Provinsi Bengkulu

mencatat proporsi pengecekan kadar kolestrol total sebanyak 4.687 jiwa .Dinas Kota bengkulu mencatat penderitajantung koroner yang salah satu faktor resikonya hiperkolestrolemia di Kota Bengkulu sebanyak 607 jiwa, yang tertinggi terletak di Puskesmas Nusa Indah dengan jumlah kasus penderita hiperkolestrolemia sebanyak 84 kasus , kemudian di ikuti oleh Puskesmas Muara bangkahulu sebanyak 66 kasus , dan Puskesmas jalan gedang sebanyak 34 kasus.

Jika terlambat diatasi, kolesterol tinggi dapat membahayakan kesehatan dan bahkan dapat menyebabkan kematian jika tidak ditangani segera. Secara umum, kolesterol tinggi dapat diartikan sebagai kondisi ketika kadar kolesterol dalam darah lebih tinggi dibandingkan nilai normal. Penyakit seperti aterosklerosis, angina, stroke, dan serangan jantung dapat muncul sebagai akibat dari kolesterol yang tidak terkendali yang menyumbat pembuluh darah.

Kolesterol dalam tubuh erat kaitannya dengan tingginya prevalensi obesitas pada kelompok masyarakat dan akan berdampak terhadap penyakit kardiovaskular akibat gaya hidup yang salah. Seseorang yang melakukan akivitas fisik berpengaruh terhadap kadar lemak dalam tubuh. Berat ringannya beban kerja sangat dipengaruhi oleh jenis aktivitas.

Hiperkolesterolemia dapat terjadi karena asupan makanan yang tidak sehat, seperti mengonsumsi makanan yang tinggi lemak, konsumsi buah dan sayur yang kurang, obesitas, aktivitas fisik rendah, hipertensi, stres, merokok dan penggunaan alkohol Tingginya kadar kolesterol LDL dalam darah akan 2 menyebabkan kolesterol mudah melekat pada dinding bagian dalam pembuluh darah dan akan membentuk gumpalan yang mengakibatkan terjadinya penyempitan pembuluh darah. Keadaan ini biasa disebut aterosklerosis (Al Amin et al., 2023).

Tingginya kadar kolesterol dalam tubuh termasuk dalam faktor risiko yang dapat diubah seperti faktor aktivitas fisik, pola makan, dan gaya hidup seseorang. Kadar kolesterol yang semakin tinggi mengakibatkan kemungkinan terjadinya tekanan darah yang meningkat. Aktivitas fisik yang kurang dapat meningkatkan kadar kolesterol dalam tubuh yang menjadi faktor risiko penyakit jantung dan pembuluh darah Perubahan gaya hidup masyarakat dan pola makan yang tidak sehat, kelebihan berat badan adalah masalah yang melanda masyarakat di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Karena pergeseran pola kerja dan kemajuan dalam sektor transportasi, masyarakat Indonesia cenderung kurang aktif. Penambahan berat badan yang tidak terkendali atau obesitas disebabkan oleh pola makan yang lebih mirip dengan orang-orang di negara-negara maju, yang mengandung banyak

lemak, kolesterol, dan kurangnya aktivitas fisik.

Berbagai strategi medis dan non-medis telah digunakan untuk mengendalikan kadar kolestrol, termasuk perubahan pada pola makan dan peningkatan kesadaran kesehatan. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa adanya perbedaan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan edukasi. Pengetahuan yang kurang baik tentang pengelolaan penyakit jantung koroner akan berpengaruh pada perilaku acuh tak acuh pasien terhadap kesehatan yang dapat berdampak pada ketidakpatuhan .Media edukasi yang baik dapat mendukung penyampaian informasi saat memberikan edukasi gizi (khayudin.,2024).

Penyuluhan Kesehatan di berikan dengan metode diskusi dalam pemberian penyuluhan metode diskusi adalah metode pembelajaran yang di lakukan secara berkelompok untuk mengadapkan siswa pada suatu permasalahan. Tujuan utama metode ini adalah memecahkan permasalahan, menjawab pertanyaan dan memahami pengetahuan peserta didik, serta untuk membatu suatu keputusan (Rusdianah & Yuliana, 2022). Penggunaan metode diskusi kelompok ini dalam pembelajaran dapat memberikan keterampilaran dan saling berinteraksi dengan berbagai pengalaman atau informasi dalam memecahkan suatu permasalahan (Tentrem Budihartini, 2022).

Media lembar balik adalah salah satu pendekatan pendidikan yang mulai banyak digunakan dalam bidang pelayanan kesehatan. Media ini tidak hanya praktis, tetapi juga dianggap efektif untuk menyampaikan informasi kesehatan karena memiliki teks dan gambar yang mudah dipahami pasien. Diharapkan bahwa penggunaan media ini akan meningkatkan kesadaran pasien tentang pengetahuan gizi membantu mengurangi kadar kolesterol yang tinggi, yang pada gilirannya dapat menurunkan risiko komplikasi pada jantung. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Simanjutak 2024 , bahwa media lembar balik berpengaruh terhadap perubahan pengetahuan tentang gizi dan kesehatan (Simanjutak.,2024).

Salah satu cara untuk meningkatkan kesadaran tentang kolestrol adalah melalui media, dengan harapan dapat menurunkan jumlah penderita kolestrol dengan meningkatkan kesadaran pasien terhadap pengetahuan dan sikap melalui berbagai program. Kolestrol terjadi karena pasien tidak pernah menerima informasi, sehingga mengakibatkan kurangnya pemahaman pasien tentang kolestrol, kurangnya pemahaman pasien tentang pengetahuan dan pola. (Utami et al.,2021) Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Pengaruh diskusi dengan media lembar balik terhadap pengetahuan tentang pencegahan hiperkolestrolemia pada Lansia di Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu”

B. Rumusan Masalah

Meningkatnya angka penderita kolestrol tinggi di Kota Bengkulu cukup tinggi dan merupakan tertinggi pertama di Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu. Dan juga mengapa Kolesterol Tinggi (Hiperkolesterolemia) Menjadi Ancaman Kesehatan Global yang Serius, Terutama Bagi Lansia, dan Bagaimana Kondisi Ini Memengaruhi Kualitas Hidup Serta Risiko Penyakit Berbahaya. Berdasarkan hal tersebut, sehingga pertanyaan dalam penelitian ini adalah Apakah adanya pengaruh diskusi media lembar balik terhadap pengetahuan tentang pencegahan hiperkolestrolemia pada lansia di Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Diketahui pengaruh diskusi dengan media lembar balik terhadap pengetahuan tentang pencegahan Hiperkolestrolemia pada lansia di Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu**.**

2. Tujuan khusus

a. Diketahui karakteristik respondent yang terdiri dari usia dan enis kelamin
b. Terciptanya media lembar balik tentang pencegahan hiperkolestrolemia
c. Diketahui Distribusi pengetahuan tentang pencegahan hiperkolestrolemia di wilayah Puskemas Nusa Indah Kota Bengkulu
d. Diketahui rerata pengetahuan responden sebelum dan sesudah diskusi dengan media lembar balik terhadap pencegahan hiperkolestolemia pada di wilayah Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Puskesmas Nusa Indah

Dapat bermanfaat dan memberikan promosi kesehatan tentang penyakit kolestrol tinggi pada masyarakat dengan menggunakan media lembar balik untuk meningkatnya kesadaran masayarakat khususnya penderita kolestrol tinggi di Wilayah Kerja Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu tentang pengetahuan untuk mencegah terjadinya peningkatan kadar kolestrol tinggi.

2. Bagi Akademik

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dan menambah wawasan dalam bidang kesehatan bagi mahasiswa Poltekkes Kemenkes Begkulu khususnya mengenai

media cetak lembar balik sebagai alat edukasi dan hasil penelitian ini juga dapat menjadi dasar untuk studi lebih lanjut.

3. Peneliti selanjutnya

Dapat di gunakan perbandingan hasil penelitian mereka dengan penelitian sebelumnya untuk melihatkemajuan perubahan dalam pencegahan kolestrol tinggi dan dapat di gunakan sebagai topik kolestrol tinggi lebih dalam, seperti pola makan atau pengobatan. Peneliti lain dapat mengembangkan variabel- variabel yang sudah ada

E. Keaslian penelitian

Table 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama dan Judul Penelitian	Jenis Penelitian	Hasil Penelitian	Perdedaan
1.	Khayudin (2024) Efektivitas Edukasi Kesehatan dalam Pengendalian Kadar Kolesterol terhadap Pengetahuan dan Pencegahan Penyakit Jantung pada Masyarakat Mojosongo Surakarta	Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan memberikan edukasi kesehatan tentang pengontrolan kadar kolesterol untuk mencegah terjadinya penyakit jantung. Media yang digunakan adalah media leaflet	Pengetahuan baik masyarakat meningkat dari 19,4%pada pre-test menjadi 55,6% pada post-test	Metode penelitian yang menggunakan *kegiatan pengabdian masyarakat* sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode peneltian *Action Research Pre Experimen*
2.	simanjutak,2024 Efektivitas Edukasi Menggunakan Lembar Balik Terhadap Pengetahuan Gizi Pasien Jantung Di Rsud Inche Abdoel Moeis Samarinda	Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan design Quasy Eksperimen Sampel yang pada penelitian ini adalah pasien yang ada di Rumah Sakit Umum Derah Inche Abdoel Moeis Samarinda.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi menggunakan media lembar balik dan leaflet berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan responden. Nilai selisih yang signifikan rata-rata yang signifikan media lembar balik sebesar 31,88 dan media leaflet sebesar 30.	Metode penelitian yang menggunakan *quasy eksperimen* sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode peneltian *Action Research Pre Experimen*

3.	Suryani Manurung 2023 Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Dan Kepatuhan Diet Terhadap Kadar Kolesterol Darah Penderita Penyakit Jantung Koroner	Penelitian ini menggunakan desain cross sectional, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada satu waktu (point time approach).	Hasil penelitian ini menunjukan bahwa pengetahuan dan kepatuhan terhadap gizi dan diet berhubungan dengan kejadian penyakit penyakit jantung koroner	Metode penelitian yang menggunakan *cross sectional* sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode peneltian *Action Research Pre Experimen*
4.	NavyNorma,2019 Pendidikan Kesehatan tentang Kolesterol Efektif meningkatkan Pengetahuan Lansia Dalam Pencegahan kolesterol	Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan desain penelitian Pre experiment pretest-posttest yaitu rancangan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti dengan cara peneliti membuat kelompok perlakuan.	Ujistatistik menggunakan uji wilcoxon membuktikan bahwa 0,05>0,0001 maka terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah perlakuan	Metode penelitian yang menggunakan *pra eksperimen* sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode peneltian *Action Research Pre Experimen*

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu