

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kemenkes RI tahun 2016 memperkirakan mengenai prevalensi kenaikan obesitas yang meningkat tiga kali lipat dalam 5 tahun terakhir. Lebih dari 1,9 miliar orang dewasa dengan usia 18 tahun ke atas telah mengalami *overweight* dan lebih dari 650 juta di antaranya mengalami obesitas pada tahun 2016¹. Pada tahun 2018 data penduduk di Kota Jambi dengan usia diatas 15 tahun memiliki prevalensi obesitas yang telah mencapai angka 24,64% dengan peningkatan prevalensi sebesar 10% setiap tahunnya, dan tetap bertahan pada urutan ke tiga penduduk dengan prevalensi obesitas yang tinggi^{2,3}.

Risiko kegemukan (obesitas atau *overweight*) dapat disebabkan oleh karena konsumsi makanan dengan tinggi lemak dalam jangka waktu yang panjang, oleh karena itu perlu diperhatikan kandungan makanan mengandung lemak tinggi⁴. Konsumsi makanan tinggi lemak dapat menyebabkan meningkatnya kadar kolesterol total dan kadar LDL, dengan mengonsumsi makanan tinggi lemak maka hati akan mempunyai takaran yang cukup untuk kadar kolesterol sehingga dapat dengan otomatis menghentikan pengambilan LDL dan dapat menghentikan peningkatan kadar kolesterol⁵. Karbohidrat yang berperan dalam mempersiapkan glukosa untuk sel-sel tubuh yang nantinya akan diubah menjadi energi. Kelebihan glukosa akan berubah menjadi bentuk glikogen yang di simpan dalam hati dan dipakai saat tubuh melakukan aktivitas yang berat, sedangkan kelebihan glukosa yang terjadi terus menerus akan menyebabkan penumpukan lemak di bawah kulit pada jaringan adipose yang dapat menyebabkan *overweight*⁶.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Yoeantafara⁵, tentang “Pengaruh Pola Makan terhadap Kadar Kolesterol Total” mengenai hubungan konsumsi makanan tinggi lemak dengan kadar kolesterol menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan antara pola konsumsi makanan dengan tinggi lemak dengan kadar kolesterol⁵. Hubungan antara kadar kolesterol dengan kejadian *overweight* dan obesitas dijelaskan dalam penelitian Fitri⁷, terdapat perbedaan dalam rata-rata nilai kolesterol pada kelompok obesitas dan non-obesitas yang menunjukkan rata-rata kadar kolesterol pada pasien dengan obesitas lebih tinggi secara signifikan dibandingkan kelompok normal⁸. Sedangkan untuk karbohidrat dijelaskan dalam penelitian yang dilakukan oleh Fridawati⁹, menyatakan tidak adanya hubungan antara asupan karbohidrat dengan obesitas sentral⁹.

Berdasarkan data-data penelitian yang telah dikemukakan di atas, serta meninjau semakin meningkatnya kejadian obesitas dan *overweight*, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan asupan karbohidrat dan asupan lemak terhadap kadar kolesterol pada penderita *overweight* dan obesitas.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang dikemukakan sebelumnya, rumusan masalah yang dibahas dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan asupan karbohidrat dan asupan lemak terhadap kadar kolesterol pada penderita *overweight* dan obesitas di Civitas Akademik FKIK UNJA tahun 2021.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan asupan karbohidrat dan asupan lemak terhadap kadar kolesterol pada penderita *overweight* dan obesitas di Civitas Akademik FKIK UNJA tahun 2021.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui karakteristik subjek penelitian berdasarkan umur, jenis kelamin, dan indeks massa tubuh di Civitas Akademika FKIK UNJA tahun 2021
2. Untuk mengetahui asupan karbohidrat pada *overweight* dan obesitas di Civitas Akademika Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi tahun 2020
3. Untuk mengetahui asupan lemak pada *overweight* dan obesitas di Civitas Akademika Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi tahun 2020
4. Untuk mengetahui kolesterol total pada *overweight* dan obesitas di Civitas Akademika Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi tahun 2020
5. Untuk mengetahui hubungan asupan karbohidrat terhadap kadar kolesterol di Civitas Akademika FKIK UNJA tahun 2021
6. Untuk mengetahui hubungan asupan lemak terhadap kadar kolesterol di Civitas Akademika FKIK UNJA tahun 2021

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

Manfaat penelitian ini bagi peneliti yaitu untuk mengetahui hubungan asupan karbohidrat dan asupan lemak dengan kadar kolesterol pada penderita *overweight* dan obesitas di Civitas Akademik FKIK UNJA tahun 2021. Selain itu, penelitian ini juga merupakan syarat kelulusan untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran.

1.4.2 Manfaat Bagi Peneliti Lain

Manfaat penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi data dan menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan asupan karbohidrat dan asupan lemak yang mempengaruhi kadar kolesterol terutama bagi orang dengan *overweight* dan obesitas.

1.4.3 Manfaat Bagi Masyarakat

Manfaat penelitian ini bagi masyarakat yaitu untuk memberikan pengetahuan terhadap masyarakat umum mengenai asupan karbohidrat dan asupan lemak sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi kadar kolesterol, khususnya bagi penderita *overweight* dan obesitas.