BAB I
PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

IMT atau Indeks Massa Tubuh, adalah indikator yang sering digunakan untuk mengukur status gizi dan menilai risiko obesitas pada individu. Rumus untuk menghitung BMI adalah berat badan dibagi dengan kuadrat tinggi badan dalam kilogram per meter persegi (kg/m²) (Kuswandi & Rahayu 2022). WHO mengklasifikasikan Indeks Massa Tubuh (IMT) ke dalam beberapa kelompok, yaitu underweight (<18,5 kg/m²), normal (18,5–22,9 kg/m²), overwight (23–24,9 kg/m²), obesitas kelas I (25–29,9 kg/m²), dan obesitas kelas II (≥30 kg/m²) (KEMENKES RI, 2018).

IMT berlebihan atau obesitas sering dikaitkan dengan gangguan metabolik, termasuk kadar kolesterol darah tinggi. Studi MONICA I menemukan bahwa setiap peningkatan 1 kg/m² pada IMT dikaitkan dengan peningkatan 7,7 mg/dl pada kolesterol plasma total dan penurunan 0,8 mg/dl pada kadar HDL (Wahyuni, & Diansabila 2020).

Kolesterol total adalah jumlah total kolesterol dalam darah, termasuk LDL, HDL, dan trigliserida. Kolesterol adalah jenis lemak yang diproduksi oleh hati dan diperoleh dari makanan berbasis hewan. Kolesterol memainkan peran penting dalam pembentukan vitamin D, hormon, dan asam empedu, yang membantu dalam pencernaan lemak. Namun, kadar kolesterol yang berlebihan dapat berbahaya bagi kesehatan karena meningkatkan risiko penyakit dan komplikasi. Kondisi di mana kadar kolesterol melebihi batas normal disebut hiperkolesterolemia (Karwiti, *et al*., 2022).

Tingkat kolesterol tinggi seringkali menjadi penyebab utama peningkatan risiko penyakit kardiovaskular, termasuk hipertensi, stroke, dan penyakit jantung. Penyakit kardiovaskular termasuk dalam kategori penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi penyebab utama kematian di dunia. World Health Organization (2021) melaporkan bahwa pada tahun 2019 terdapat sekitar 17,9 juta kematian akibat penyakit kardiovaskular, yang menyumbang 32% dari total kematian global, dengan 85% disebabkan oleh serangan jantung, hipertensi, dan stroke. Di Indonesia, data dari Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) pada

tahun 2019 mencatat 651.481 kematian per tahun, sebagian besar disebabkan oleh penyakit jantung, hipertensi, dan stroke (KEMENKES RI, 2024)

Hiperkolesterolemia adalah kondisi di mana kadar kolesterol total dalam darah mencapai atau melebihi 200 mg/dl (Harini *et al*. 2024). Prevalensinya masih cukup tinggi, dengan data WHO tahun 2019 menunjukkan tingkat global sekitar 45%, Asia Tenggara 30%, dan Indonesia 35%. Kondisi ini diperkirakan menyebabkan 2,6 juta kematian dan 29,7 juta kecacatan setiap tahun (Karwiti, *et al.,* 2022). Hiperkolesterolemia timbul akibat gangguan metabolisme lipid, yang dapat disebabkan oleh defisiensi enzim lipoprotein lipase, kekurangan reseptor LDL, atau faktor genetik yang memicu produksi kolesterol berlebihan di hati atau mengurangi kemampuannya untuk menghilangkan kolesterol dari darah (Sutomo & Cahyono 2019).

Pada individu dengan obesitas atau indeks massa tubuh (IMT) tinggi, peningkatan kolesterol dipicu oleh penumpukan lemak berlebih dalam tubuh. Penumpukan ini menyebabkan peningkatan asam lemak bebas (FFA) dalam darah, yang menimbulkan stres oksidatif dan mengganggu metabolisme lipid. Akibatnya, hati meningkatkan produksi trigliserida, yang merangsang pembentukan VLDL berlebih, menyebabkan peningkatan kadar LDL, dan mengakibatkan peningkatan kolesterol total dalam darah (Salim, *et al*., 2021).

Masalah obesitas terus meningkat di seluruh dunia, terutama di kalangan dewasa. WHO (2024), pada tahun 2022, 43% orang berusia 18 tahun ke atas mengalami kelebihan berat badan, sementara 16% mengalami obesitas NCD Risk Faktor Collaboration (NCD-RisC) pada Maret 2024, menunjukkan bahwa di Indonesia, prevalensi obesitas di kalangan pria dewasa mencapai 6,53%, sementara di kalangan wanita dewasa sebesar 16,58%. Dalam peringkat global 200 negara, Indonesia menempati peringkat ke-168 untuk pria dan ke-150 untuk wanita.

Menurut Kemenkes (2023), usia dewasa yaitu 18-59 tahun merupakan masa produktif, dimana seseorang mampu melakukan aktivitas sehari hari dengan efektif. Pada usia ini rentan mengalami perubahan gaya hidup. kebiasaan hidup kurang sehat seperti rendahnya aktivitas fisik, peningkatan konsumsi makanan cepat saji, minuman tinggi gula, serta penurunan metabolisme tubuh seiring

bertambahnya usia menjadi faktor utama usia dewasa rentan mengalami obesitas dan gangguan metabolik lainnya (Wahyuni & Diansabila, 2020).

Sejumlah penelitian menemukan adanya hubungan antara kadar kolesterol total dan IMT. Penelitian oleh Hardianwarsari *et al*. (2022) melaporkan bahwa individu dengan IMT ≥ 25 kg/m² memiliki kadar kolesterol lebih tinggi dibandingkan mereka yang IMT-nya normal. Penelitian oleh Dana & Maharani (2022) juga menyatakan bahwa kadar kolestrol darah cendrung meningkat seiring dengan meningkatnya IMT seseorang. Namun, hasil berbeda ditemukan oleh Arisanti *et al.,* (2025) yang melaporkan bahwa tidak semua individu dengan IMT tinggi menujukkan kadar kolesterol yang meningkat. Bahkan, ditemukan kasus di mana individu dengan berat badan normal justru memiliki kolesterol total tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa kadar kolesterol tidak hanya dipengaruhi IMT, tetapi juga faktor lain seperti konsumsi lemak jenuh, gula berlebih, dan kurang aktivitas fisik. Oleh karena itu, pemantauan IMT dan kolesterol total penting dilakukan untuk pencegahan penyakit tidak menular terkait hiperkolesterolemia.

UPT Puskesmas Mulyorejo merupakan fasilitas kesehatan primer yang memiliki peran penting dalam mengidentifikasi dan menangani risiko kesehatan masyarakat. Puskesmas Mulyorejo dapat menjadi wadah atau tempat untuk pemberian edukasi kesehatan maupun informasi penting terkait dengan kesehatan di masyarakat. Data mengenai gambaran kadar kolesterol total dan IMT yang dikumpulkan dari masyarakat di UPT Puskesmas Mulyorejo ini dapat menjadi bagian dari strategi pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular yang disebabkan oleh hiperkolesterolmia.

Namun, di UPT Puskesmas Mulyorejo masih ditemukan sejumlah kendala yang menghambat langkah deteksi dini serta pengendalian penyakit tidak menular. Sebagian masyarakat di sekitar wilayah kerja puskesmas kurang memperhatikan kondisi kesehatan mereka, yang dipengaruhi oleh faktor ekonomi serta rendahnya kesadaran akan pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin. Selain itu, kesibukan sehari-hari dan terbatasnya informasi mengenai risiko penyakit yang disebabkan oleh hiperkolesterolemia turut menjadi penyebab rendahnya kepatuhan masyarakat dalam menjaga pola makan dan melakukan pemeriksaan kesehatan rutin. Kondisi ini meningkatkan risiko terjadinya obesitas dan

gangguan metabolik lainnya, yang pada akhirnya dapat berkontribusi pada peningkatan kasus hiperkolesterolemia. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang jelas mengenai hubungan antara Indeks Massa Tubuh dan kadar kolesterol total pada masyarakat sehingga menjadi dasar bagi puskesmas dalam menyusun strategi edukasi dan program kesehatan yang lebih efektif.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, penulis merasa terdorong untuk melakukan penelitian berjudul "Gambaran Indeks Massa Tubuh (IMT) Dan Kadar Kolesterol Total Pada Masyarakat Di UPT Puskesmas Mulyorejo".

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran Indeks Massa Tubuh (IMT) dan kadar kolesterol total pada masyarakat di wilayah kerja UPT Puskesmas Mulyorejo?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran Indeks Massa Tubuh (IMT) dan kadar kolesterol total pada masyarakat di wilayah kerja UPT Puskesmas Mulyorejo.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui gambaran Indeks Massa Tubuh (IMT) berdasarkan usia pada masyarakat di wilayah kerja UPT Puskesmas Mulyorejo.
2. Untuk mengetahui gambaran Indeks Massa Tubuh (IMT) berdasarkan jenis kelamin pada masyarakat di wilayah kerja UPT puskesmas Mulyorejo.
3. Untuk mengetahui gambaran kadar kolesterol total berdasarkan usia pada masyarakat di wilayah kerja UPT Puskesmas Mulyorejo.
4. Untuk mengetahui gambaran kadar kolesterol total berdasarkan jenis kelamin pada masyarakat di wilayah kerja UPT Puskesmas Mulyorejo.
5. Untuk mengetahui gambaran kadar kolesterol total berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada masyarakat di wilayah kerja UPT Puskesmas Mulyorejo.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Untuk Peneliti

Mendapatkan pengetahuan, informasi, pengalaman, wawasan, tentang gambaran Indeks Massa Tubuh IMT dan kadar kolesterol total pada masyarakat di UPT Puskesmas Mulyorejo.

1.4.2. Untuk Instansi

Sebagai bahan referensi penelitian yang akan dilakukan oleh penelitian selanjutnya khususnya untuk mahasiswa Jurusan Teknologi Laboratorium Medis pada bidang Kimia Klinik.

1.4.3. Bagi masyarakat

Memberikan pengetahuan dan wawasan bagi masyarakat tentang gambaran Indeks Massa Tubuh (IMT) dan kadar kolesterol total sehingga dapat mencegah peningkatan kadar kolesterol total yang dapat menyebabkan risiko terjadinya penyakit tidak menular seperti penyakit jantung dan stroke.