



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIG/article/view/jig7103>**KADAR KOLESTEROL DAN STATUS GIZI PEGAWAI DINAS KESEHATAN
KABUPATEN KLUNGKUNG**Ida Ayu Adhitya Prajadianti¹, Ni Nengah Ariati¹, I Dewa Nyoman Sudjana¹¹Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasare-mail Penulis Korespondensi (^K): ariatinengah@gmail.com**ABSTRAK**

Adult nutritional status can be monitored simply by using body mass index of nutritional status related to the advantages and disadvantages of weight. Overweight also can affect blood cholesterol levels. (Bannerman, 2005). Food consumption patterns of the community 18% have experienced similar changes with an increase in the popularity of fast food, an estimated 80% of lives could be saved if public consumption consume a complete nutrient content increased. The results of the Ministry of Health survey in the province of Bali to 2013, the data showed 10.5% of adults have a $IMT > 27$ and 4.1% had a $IMT = 30$ (Kemenkes, 2013). Bali provincial prevalence of overweight in the population above 18 years of age in males at 19.2% and 22.4% in women (Kemenkes, 2012). Data outpatient visits in public hospitals in Klungkung area is obtained most women with a $IMT > 26$ have cholesterol levels of 25.2% and the majority of men with $IMT > 27$ have cholesterol levels by 27.5%. This study have a purpose to get the nutritional status and blood cholesterol levels employees of Klungkung Regency Public Health Department. This type of study is an observational study with cross sectional design. Conducted on 72 samples of employees in Klungkung Regency Public Health Department. This study was conducted in Klungkung Regency Public Health Department in June 2015.

Keywords: Nutritional Status (IMT), Total Cholesterol Levels, Employee of Health Department Klungkung Regency.

PENDAHULUAN**Latar Belakang**

Kemajuan teknologi mengubah gaya hidup dan sosial ekonomi masyarakat di Negara maju maupun berkembang. 100 juta orang di Amerika Serikat memiliki kadar kolesterol tinggi atau hiperkolesterolemia¹. Di Indonesia diperkirakan 18% dari total penduduk Indonesia menderita kelainan lemak darah. Dari jumlah itu 80% pasien meninggal mendadak akibat serangan jantung dan meninggal tanpa menampakan gejala sebelumnya^{2, 3}. Pola Konsumsi makanan masyarakat sudah mengalami perubahan seiring dengan peningkatan popularitas berbagai macam hidangan atau makanan siap saji. Masyarakat tidak lagi mengkonsumsi makanan dengan kandungan zat gizi lengkap dan seimbang kualitas dan kuantitasnya, tetapi cenderung mengkonsumsi makanan yang mengandung tinggi lemak terutama lemak jenuh, kolesterol dan rendah serat. Hasil survey Kemenkes di Provinsi Bali sampai dengan tahun 2013, menunjukkan data 10,5% penduduk dewasa memiliki $IMT > 27$ dan 4,1% memiliki $IMT = 30$ ³. Provinsi Bali prevalensi gizi lebih pada penduduk diatas 18 tahun pada laki-laki sebesar 19,2% dan pada wanita 22,4%. Data kunjungan pasien rawat jalan di Rumah Sakit Umum Daerah Klungkung didapatkan sebagian besar wanita dengan $IMT > 26$ memiliki kadar kolesterol 25,2% dan sebagian besar laki-laki dengan $IMT > 27$ memiliki kolesterol total 27,5%.

Angka kejadian hiperkolesterolemia terus meningkat setiap tahun, sehingga dapat diduga angka kejadian Penyakit Jantung Koroner pun ikut meningkat. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian

dengan judul “Status Gizi dan Kadar Kolesterol pada Pegawai Dinas Kesehatan Kabupaten Klungkung, Provinsi Bali”

METODE

Jenis penelitian adalah penelitian observasional dengan rancangan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Dinas Kesehatan Kabupaten Klungkung Provinsi Bali pada bulan Juni 2015. Populasi dalam penelitian adalah pegawai Dinas Kesehatan Kabupaten Klungkung yang berjumlah 254 orang. Sampel penelitian adalah sebagian dari populasi dengan kriteria inklusi yaitu berjenis kelamin laki-laki atau perempuan, berumur 30-55 tahun, bertempat tinggal tetap di wilayah Kabupaten Klungkung, bersedia menjadi responden penelitian dan tidak menderita penyakit degeneratif serta tidak meminum obat secara teratur. Jumlah sampel dihitung dengan menggunakan rumus dan didapatkan hasil sebanyak 72 orang. Sampel diambil dengan menggunakan teknik *simple random sampling*.

Jenis data yang dikumpulkan adalah data primer dan data sekunder. Data primer berupa: data identitas sampel yang diperoleh dengan wawancara menggunakan form identitas sampel, data berat badan dan tinggi badan diperoleh dengan penimbangan berat badan menggunakan timbangan injak dan pengukuran tinggi badan menggunakan microtoice, data kadar kolesterol diperoleh dengan mengambil sampel darah dan diukur menggunakan alat *easy touch*. Data sekunder yang dikumpulkan adalah gambaran umum di lingkungan Dinas Kesehatan Kabupaten Klungkung.

Data yang telah dikumpulkan kemudian diolah dan dilakukan analisis data secara deskriptif dalam bentuk tabel silang menggunakan komputer.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Sampel Penelitian

Sebaran sampel berdasarkan karakteristik dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Sebaran Sampel berdasarkan Karakteristik

Variabel	f	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	29	40,3
Perempuan	43	59,7
Usia (Tahun)		
30-39	25	34,7
40-55	27	37,5
50-59	20	27,7
Status Gizi		
Kurang	2	2,7
Normal	50	69,4
Lebih	10	13,9
Obesitas	10	13,9
Kadar Kolesterol		
Normal (<200mg/dL)	30	41,6
Perbatasan (>200-239mg/dL)	10	13,9
Berbahaya(≥240)	32	44,4
TOTAL	72	100,00

Dari 72 orang sampel sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu 43 orang (59,7%). Sebagian besar sampel berusia 40-55 tahun yaitu 27 orang (37,5%). Dilihat dari status gizi, sebagian besar sampel penelitian memiliki status gizi normal sebanyak 50 orang (69,4%) dan hanya sebagian kecil yang memiliki status gizi kurang yaitu 2 orang (2,7%). Kadar kolesterol sampel sebagian besar berada dalam kategori berbahaya yaitu sebanyak 32 orang (44,4%).

Hubungan Kadar Kolesterol dengan Status Gizi Sampel Penelitian

Hasil analisis memperlihatkan bahwa dari 72 pegawai, hanya 2 orang dengan IMT Kurang, ada 1 orang (50%) memiliki kadar kolesterol baik dan 1 orang (50%) memiliki kadar kolesterol berbahaya. Dari IMT Normal terdapat 50 orang, masing-masing 20 orang (40%) yang memiliki kadar kolesterol baik dan 5 (10%) memiliki kadar kolesterol perbatasan, sisanya lagi 25 orang lainnya (50%) memiliki kadar kolesterol berbahaya. Dan dari 10 orang di IMT Lebih, 4 orang (40%) dengan kadar kolesterol baik, 1 orang (10%) dengan kadar kolesterol perbatasan dan 5 orang (50%) dengan kadar kolesterol berbahaya. Sedangkan 10 orang yang terdapat di IMT Obesitas, 5 orang (50%) memiliki kadar kolesterol baik, 4 orang (40%) memiliki kadar kolesterol perbatasan, dan 1 orang (10%) memiliki kadar kolesterol berbahaya.

Hal ini menunjukkan jumlah sampel yang mengalami hiperkolesterolemia bertambah pada mereka yang mengalami IMT normal. Hal ini bertentangan dengan hasil beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa ada keterkaitan antara kadar kolesterol dengan status gizi. Penelitian *Milias et al* (2006) di Yunani mendapatkan orang dewasa kelebihan berat badan maupun status gizi normal berhubungan positif dengan total kolesterol. Hasil penelitian serupa juga ditunjukkan oleh Hatma tahun 2001 pada beberapa etnis di Indonesia, bahwa total kolesterol tinggi banyak ditemukan pada orang dewasa dengan IMT $\geq 25 \text{ kg/m}^2$ dari pada IMT $< 25 \text{ kg/m}^2$. Akan tetapi hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Indradewa (2007), yang menyatakan bahwa tidak terdapat korelasi antara IMT dengan kadar kolesterol. Hal ini didukung dengan penelitian aktifitas fisik berpengaruh nyata dengan kadar kolesterol darah. Olahraga secara teratur dapat menurunkan berat badan dan mengurangi endapan kolesterol dalam pembuluh darah⁴. Distribusi kadar kolesterol dan status gizi pada sampel penelitian dapat dilihat pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Distribusi Kadar Kolesterol dengan status gizi

Kadar Kolesterol	Status Gizi								Jumlah	
	Kurus		Normal		Lebih		Obesitas		n	%
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Baik	1	50%	20	40%	4	40%	5	50%	30	41.6%
Perbatasan	0	-	5	10%	1	10%	4	40%	10	13.9%
Berbahaya	1	50%	25	50%	5	50%	1	10%	32	44.4%
Jumlah	2	100%	50	100%	10	100%	10	100%	72	100%

SIMPULAN DAN SARAN

Sebagian besar subyek yang memiliki IMT normal memiliki kadar kolesterol yang tinggi sehingga disimpulkan tidak ada hubungan antara status gizi dan kadar kolesterol. Disarankan agar menjaga pola makan dan rajin berolah raga agar kadar kolesterol mencapai normal.

DAFTAR PUSTAKA

1. Almatier, S., 2001, Prinsip Dasar Ilmu Gizi, Jakarta : Gramedia
2. Departemen Kesehatan RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2010.
3. Kementerian Kesehatan RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013, Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan RI
4. Suiroaka, IP., 2012, *Penyakit Degeneratif: Mengenal, Mencegah, Dan Mengurangi Faktor Resiko 9 Penyakit Degeneratif*, Yogyakarta : Nuha Medika.
5. WHO, 2014, Antropometri dan Kolesterol darah, 2013, (online), available : <http://id.wikipedia.org/>, (11 Oktober 2014).
6. Sitepoe. 1992. Kolesterol darah. Jakarta : Graha KC.210
7. Supariasa, IDN, Bakri, dan Fajar I, 2001. *Penilaian Status Gizi*. Penerbit Buku Kedokteran EGC : Jakarta.