

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Indonesia merupakan Negara berkembang yang masih menghadapi masalah Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY). Hasil pemetaan tahun 2003 tidak terjadi penurunan bahkan relatif meningkat (dari 9,8% menjadi 11,7%). Disisi lain juga terjadi perluasan dan penyebaran daerah endemik GAKY (Widodo, 2004). Penanggulangan masalah gizi di Indonesia masih terkonsentrasi pada 4 masalah utama kurang gizi seperti Kurang Energi Protein, Anemia Gizi Besi, Kurang Vitamin A, dan Gangguan Akibat Kurang Yodium, walaupun gizi lebih sudah terjadi di kota-kota besar (Depkes RI, 2005).

Masalah Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY) merupakan masalah yang serius mengingat dampaknya secara langsung mempengaruhi kelangsungan hidup dan kualitas manusia. Kelompok masyarakat yang sangat rawan terhadap masalah dampak defisiensi iodium adalah Wanita Usia Subur (WUS), ibu hamil, anak balita dan anak usia sekolah (Jalal, 1998).

Kebanyakan masyarakat yang bertempat tinggal didaerah endemik GAKY mengalami permasalahan sindrom metabolik. Sindrom metabolik merupakan sekumpulan kelainan metabolisme dimana penyebab utama sindrom metabolik ini saling berinteraksi, yaitu obesitas dan kerentanan metabolisme endogen (Kasiman, 2011). *The National Cholesterol Education*

*Program (NCEP) Adult Treatment Panel III (ATP III)* menyatakan bahwa diagnosis sindrom metabolik harus memenuhi 3 atau lebih faktor risiko yaitu obesitas abdomen, trigliserida, kadar HDL, tekanan darah dan kadar gula darah puasa (Grundy, 2006).

Sindrom metabolik mempengaruhi komposisi asupan makan dan permasalahan gizi, berdasarkan penelitian Kasiman (2011) menyatakan bahwa semakin banyak asupan makan (asupan karbohidrat, lemak dan total kalori), maka kejadian sindrom metabolik semakin meningkat. Permasalahan gizi yang sering terjadi dapat disebabkan karena pola makan yang salah, ketidakseimbangan asupan zat gizi, sikap dan perilaku masyarakat dalam menanggapi permasalahan gizi dan kesehatan yang kurang maksimal. Hal tersebut dapat menyebabkan timbulnya berbagai macam penyakit, misalnya terjadinya obesitas, hiperkolesterolemia, hipertensi yang dapat menimbulkan penyakit degeneratif seperti penyakit jantung koroner.

Penelitian yang dilakukan oleh Monica (1994) menyatakan bahwa di Indonesia, angka kejadian hiperkolesterolemia sebesar 16,2% terjadi pada wanita dan 14% pria. Penderita hiperkolesterolemia pada generasi muda yaitu berusia 25-34 tahun mencapai 9,3% terjadi pada laki-laki, dan 14,5% terjadi pada wanita. Berdasarkan penelitian Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Tengah Tahun (2006) mendapatkan hasil bahwa prevalensi hiperkolesterolemia sebesar 26,1 % terjadi pada laki-laki dan 25,9 % pada perempuan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sulastri (2005) menyatakan bahwa adanya hubungan antara asam lemak jenuh dengan peningkatan kadar kolesterol. Hal ini didukung oleh penelitian selanjutnya

diketahui bahwa terdapat hubungan antara asupan lemak jenuh, lemak tidak jenuh dan serat dengan kadar kolesterol darah (Miranti, 2008). Menurut penelitian Putri (2009) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara asupan serat dengan kadar kolesterol total pada terjadinya penyakit jantung koroner. Menurut Surya (2009) menyatakan bahwa ada hubungan asupan asam lemak jenuh dan serat larut air dengan kolesterol total, LDL (*Low Density Lipoprotein*), HDL (*High Density Lipoprotein*) dan trigliserida.

Asam lemak jenuh dapat meningkatkan kadar kolesterol, sedangkan serat dapat membantu menghambat absorpsi lemak yang secara tidak langsung membantu menurunkan kadar kolesterol (Sulastri, 2005). Tubuh menghasilkan kolesterol sebanyak 75% dan 25% kolesterol berasal dari makanan. Asupan lemak yang dimakan berbentuk trigliserida dan dipecah menjadi gliserida dan asam lemak sebelum diabsorpsi. Trigliserida dan kolesterol berasal dari makanan yang kemudian dikemas menjadi lipoprotein yang terdiri dari kilomikron, VLDL, LDL dan HDL yang dibebaskan ke dalam darah. Jika mengkonsumsi lemak dan bahan makanan yang kaya kolesterol, maka dapat menyebabkan LDL dalam darah meningkat, kelebihan LDL akan beresiko penumpukan kolesterol. Jika HDL didalam darah tinggi maka HDL mengumpulkan kelebihan kolesterol dan dikirim ke hati untuk diproses dan dibuang bersama cairan empedu (Soeharto, 2004).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rosell *et all* (2004) menyatakan bahwa wanita yang mengkonsumsi kedelai 6,0 g/hr dapat menurunkan kadar kolesterol total sebanyak 5,4%, sedangkan menurunkan kadar kolesterol LDL sebanyak 9,6% dan menurunkan rasio kadar kolesterol total dan HDL sebanyak 7,3%. Serat sangat dibutuhkan untuk mendukung

tingkat kesehatan yang optimal walaupun tidak dapat dicerna dan tidak menghasilkan energi namun serat mempunyai fungsi yang bermanfaat, salah satunya yaitu dapat menurunkan kolesterol dalam darah (Tirtawinata, 2006).

Berdasarkan uraian diatas maka penulis ingin mengetahui hubungan konsumsi lemak dan serat dengan profil lipid pada Wanita Usia Subur (WUS) di Daerah Endemik GAKY Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman. Alasan pemilihan lokasi yaitu karena daerah tersebut termasuk daerah endemik GAKY dengan hasil TGR 39,5% (Dinkes Sleman, 2003), dimana terdapat masyarakat yang mengalami sindrom metabolik lemak dan karbohidrat yaitu berdasarkan penyakit yang sering terjadi di masyarakat adalah hipertensi, diabetes mellitus dan hiperkolesterol.

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan uraian ringkas dalam latar belakang, maka dapat diperoleh rumusan masalah sebagai berikut apakah ada hubungan antara konsumsi lemak dan serat dengan profil lipid pada Wanita Usia Subur (WUS) di Daerah Endemik GAKY Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan antara konsumsi lemak dan serat dengan profil lipid pada Wanita Usia Subur (WUS) di Daerah Endemik GAKY Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman.

## **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengukur konsumsi lemak dan serat pada Wanita Usia Subur (WUS) di Daerah Endemik GAKY Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman.
- b. Mengukur profil lipid pada Wanita Usia Subur (WUS) di Daerah Endemik GAKY Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman.
- c. Menganalisis hubungan antara konsumsi lemak dan serat dengan profil lipid pada Wanita Usia Subur (WUS) di Daerah Endemik GAKY Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Dinas Kesehatan**

Memberikan sumbangan informasi dan masukan yang berhubungan dengan kesehatan pada Wanita Usia Subur (WUS).

### **2. Bagi Puskesmas**

Sebagai bahan informasi dan memperbaiki pola makan, serta konsumsi makan Wanita Usia Subur (WUS) agar profil lipid tetap terkendali.

### **3. Bagi masyarakat**

Menambahkan pengetahuan masyarakat tentang pola makan dan tingkat asupan zat gizi khususnya asupan lemak dan serat yang baik bagi Wanita Usia Subur (WUS).

### **4. Bagi penulis**

Menambah wawasan dan pengetahuan mengenai hubungan antara konsumsi lemak dan serat dengan profil lipid pada Wanita Usia Subur (WUS).