

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menjadi tua (menua) merupakan suatu tahapan dimana pertumbuhan dan perkembangan mulai berhenti secara bertahap, sehingga fungsi tubuh mengalami perubahan. Perubahan fungsi tubuh dimulai dari penurunan fungsi jaringan otot, penurunan fungsi organ tubuh hingga penurunan fungsi hormon. Perubahan-perubahan yang terjadi dapat berdampak pada kesehatan lanjut usia (lansia) (Fatmah, 2010).

Menopause merupakan kejadian alamiah yang dialami wanita ketika fungsi hormon penting seperti progesteron dan esterogen telah berhenti fungsi (Spencer, 2007). Rata-rata usia wanita yang mengalami menopause adalah 51 tahun, namun jika menstruasi akhir terjadi pada usia 45 dan 55 tahun masih dianggap normal (Spencer,2007).

Fungsi hormon esterogen dan progesteron yang menurun mengakibatkan kadar *Low Density Lipoprotein (LDL)* menjadi tinggi dan sulit untuk dikendalikan. Hal tersebut meningkatkan risiko penyakit jantung dan pembuluh darah pada wanita menopause (Khomsan, 2008). Selain faktor hormonal tinggi rendahnya kadar LDL juga dipengaruhi oleh genetik, usia, jenis kelamin, obat-obatan, aktivitas fisik, kebiasaan merokok, obesitas dan asupan makan yang tinggi lemak (Bull 2007, Khomsan 2002 dan Waspadji 2010).

Asupan makan yang tinggi lemak akan menurunkan ekskresi kolesterol serta menurunkan aktivitas pengambilan LDL oleh reseptor LDL. Reseptor LDL yang jumlahnya tidak mencukupi menyebabkan LDL banyak yang tidak

terangkap, akibatnya kadar LDL akan meningkat dan akan lebih lama berada dalam sistem sirkulasi yang memungkinkan LDL teroksidasi. *Low Density Lipoprotein* teroksidasi inilah yang berbahaya karena memiliki sifat aterogenik atau menyebabkan penumpukan dan pengendapan di pembuluh darah yang meningkatkan risiko aterosklerosis (Bull, 2007). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nuraeni (2012), menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi lemak dengan kadar LDL pada dosen dan karyawan Universitas Siliwangi. Sebanyak 66,7% partisipan yang memiliki kadar LDL tinggi sebagian besar memiliki kebiasaan sering mengonsumsi lemak sedangkan 33,3% yang memiliki kadar LDL normal sebagian besar jarang mengonsumsi lemak.

Status gizi seseorang dapat dipengaruhi oleh konsumsi makanan berlemak yang berlebih. Pengukuran status gizi dengan menggunakan pengukuran rasio lingkaran pinggang panggul (RLPP) dapat digunakan untuk mendeteksi penyebaran lemak pada jaringan adiposa (Waspadji, 2003). Jaringan adiposa terdapat di seluruh bagian tubuh, salah satunya di perut. Lemak yang berada pada dinding perut lebih berisiko dibandingkan penimbunan di tempat lain. Sel-sel lemak yang berada pada dinding perut memiliki ukuran lebih besar dan didominasi oleh LDL. Timbunan lemak yang semakin banyak di dalam rongga perut akan diikuti dengan tingginya kadar LDL. Peningkatan kadar LDL akan menyebabkan terjadinya aterosklerosis dan meningkatkan risiko terjadinya penyakit jantung dan pembuluh darah (Soeharto, 2004).

Nilai RLPP yang tinggi dapat meningkatkan kadar LDL dalam darah, hal ini dikarenakan lemak yang menumpuk terus-menerus menyebabkan

pembuluh darah menyempit dan semakin tinggi pengendapan LDL tersebut akan membentuk bekuan yang dapat menyumbat pembuluh darah (Siswono, 2006). Hasil penelitian Sunarti (2013) menunjukkan bahwa seseorang dengan RLPP besar untuk laki-laki > 0,90 cm dan perempuan > 0,77 cm memiliki 1,76 kali berisiko menderita PJK dibandingkan dengan yang RLPP normal. Rata-rata seseorang yang memiliki pinggang yang besar juga memiliki panggul yang besar karena adanya penumpukan lemak di rongga perut (Williams, 2007).

Hasil survey pendahuluan yang dilakukan pada bulan Agustus 2015 di Posyandu Ngudi Waluyo didapatkan data 60% wanita menopause memiliki kadar LDL >130mg/dL. Hal ini menunjukkan risiko terjadinya penyakit degeneratif seperti jantung koroner cukup tinggi.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti akan meneliti tentang hubungan tingkat asupan lemak dan RLPP dengan kadar LDL pada wanita menopause di Posyandu Ngudi Waluyo Surakarta.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, dapat di buat rumusan masalah :“Apakah ada hubungan asupan lemak dan RLPP dengan kadar LDL pada wanita menopause di Posyandu Ngudi Waluyo Surakarta?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan asupan lemak dan RLPP dengan kadar LDL pada wanita menopause di Posyandu Ngudi Waluyo Surakarta.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan asupan lemak pada wanita menopause di Posyandu Ngudi Waluyo Surakarta.
- b. Mendeskripsikan RLPP pada wanita menopause di Posyandu Ngudi Waluyo Surakarta.
- c. Mendeskripsikan kadar LDL pada wanita menopause di Posyandu Ngudi Waluyo Surakarta.
- d. Menganalisis hubungan asupan lemak dengan kadar LDL pada wanita menopause di Posyandu Ngudi Waluyo Surakarta.
- e. Menganalisis hubungan RLPP dengan kadar LDL pada wanita menopause di Posyandu Ngudi Waluyo Surakarta.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Bagi DKK Surakarta

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi DKK Surakarta dalam menentukan kebijakan mengenai masalah penyakit degeneratif pada wanita menopause.

### 2. Bagi Posyandu Ngudi Waluyo

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang asupan lemak dan RLPP dengan kadar LDL bagi posyandu dalam menentukan materi penyuluhan dan konseling pada wanita menopause.

### 3. Bagi Wanita Menopause

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang asupan lemak dan RLPP dapat meningkatkan kadar LDL dan dapat menjadi faktor

risiko penyakit jantung koroner, sehingga wanita menopause dapat mengurangi dan membatasi makanan yang mengandung lemak tinggi.

#### 4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan bagi penelitian selanjutnya mengenai hubungan asupan lemak dan RLPP dengan kadar LDL pada wanita menopause.