

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Perubahan pola makan masyarakat kini tengah menjadi permasalahan. Pola makan aterogenik yang tinggi lemak, protein dan karbohidrat sederhana namun rendah kandungan serat dan karbohidrat kompleks disertai dengan kurangnya aktivitas fisik, stress, dan kebiasaan merokok menjadi faktor utama yang mampu meningkatkan terjadinya penyakit degeneratif salah satunya adalah hiperkolesterolemia (Ramadhany, 2015).

Hiperkolesterolemia merupakan kondisi ketika kadar kolesterol (LDL dan HDL) dan trigliserida meningkat didalam darah (Utama dan Indasah, 2021). Kolesterol merupakan lemak yang terdapat didalam darah yang dihasilkan oleh hati, pada kadar yang berlebih, kolesterol dapat menimbulkan masalah pada organ tubuh seperti halnya pada jantung dan pembuluh darah sehingga mampu mengakibatkan tekanan darah sistolik menjadi tinggi dan menimbulkan plak yang dapat menyebabkan aterosklerosis (Susanto, dkk., 2019; Husen, dkk., 2022). Tingginya kadar kolesterol total juga menjadi salah satu penyakit yang menyebabkan kematian yang tinggi di Indonesia dengan risiko yang timbul seperti hipertensi, hiperkolesterolemia, hiperlipidemia, jantung koroner, stroke dan aterosklerosis yang membuat sistem sirkulasi terganggu sehingga berujung pada kematian (Hita, dkk., 2022).

Disadur dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, (2017), penderita kolesterol di Indonesia mencapai 28% dari total penduduk Indonesia pada tahun 2017 dan telah menyumbang sebesar 7,9% penyebab kematian di Indonesia. Berdasarkan data surveilans Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) dan Puskesmas pada tahun 2016, penderitatt kolesterol pada laki-laki sebesar 48% sedangkan pada perempuan sebesar 54,3%. Riskesdas (2018) menyebutkan bahwa kolesterol total akan meningkat sebanyak 40% setelah usia 35 tahun. Sedangkan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan 194 juta orang di seluruh dunia menderita hiperkolesterolemia dan jumlah ini mampu mencapai 335 juta pada tahun 2025 karena terjadi peningkatan angka harapan hidup, serta jumlah penderita penyakit