

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN KADAR KOLESTEROL PADA PEROKOK
AKTIF USIA LEBIH DARI 30 TAHUN DI NAGARI
GARAGAHAN KECAMATAN LUBUK BASUNG**



*Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Ahli
Madya Analis Kesehatan (AMd.Kes)*

OLEH:

**NADIA AZZANI HERBANIYAH
NIM. 2100222113**

**PROGRAM STUDI
DIPLOMA-III TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PERINTIS INDONESIA
PADANG
2024**

ABSTRAK

Rokok telah diketahui memiliki berbagai dampak negatif terhadap kesehatan, termasuk peningkatan kadar kolesterol yang dapat menyebabkan penyakit kardiovaskular. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kadar kolesterol pada perokok aktif berusia lebih dari 30 tahun di Nagari Garagahan, Kecamatan Lubuk Basung. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik dengan teknik pengumpulan data berupa kuesioner dan pengambilan sampel darah kapiler menggunakan metode POCT (Point of Care Testing) dari 30 responden yang memenuhi kriteria sebagai perokok aktif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 80% dari perokok aktif memiliki kadar kolesterol tinggi, sementara 20% memiliki kadar kolesterol normal, hal ini menunjukkan bahwa merokok dapat meningkatkan kadar kolesterol. Faktor-faktor seperti jumlah rokok yang dikonsumsi per hari dan durasi merokok berperan dalam peningkatan kadar kolesterol. Penelitian ini menyarankan perlunya edukasi kesehatan untuk mengurangi prevalensi merokok dan risiko terkait peningkatan kadar kolesterol di masyarakat.

Kata Kunci: Merokok, Kadar kolesterol, Perokok aktif, POCT (Point of Care Testing)

ABSTRACT

Smoking is known to have various negative health effects, including increased cholesterol levels, which can lead to cardiovascular diseases. This study aims to describe the cholesterol levels in active smokers over 30 years old in Nagari Garagahan, Lubuk Basung District. The research uses a descriptive-analytic method with data collection techniques including questionnaires and capillary blood sampling using the POCT (Point of Care Testing) method from 30 respondents who meet the criteria as active smokers. The results show that 80% of active smokers have high cholesterol levels, while 20% have normal cholesterol levels, indicating that smoking can increase cholesterol levels. Factors such as the number of cigarettes consumed per day and the duration of smoking play a role in the increase in cholesterol levels. This study suggests the need for health education to reduce the prevalence of smoking and the associated risk of increased cholesterol levels in the community.

Keywords: Smoking, Cholesterol levels, Active smokers, POCT (Point of Care Testing)

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Rokok adalah produk tembakau yang paling umum dikonsumsi di seluruh dunia, baik dalam bentuk sigaret maupun produk tembakau lainnya seperti cerutu dan rokok linting. Praktik merokok telah ada sejak berabad-abad yang lalu dan menjadi bagian dari budaya dan kebiasaan sosial Masyarakat. Penggunaan tembakau telah terbukti memiliki dampak negatif terhadap kesehatan. Menurut WHO, tembakau adalah penyebab utama berbagai penyakit serius, termasuk kanker paru-paru, penyakit jantung, stroke, dan penyakit paru obstruktif kronis (PPOK). Setiap tahun, lebih dari 8 juta orang meninggal akibat penyakit yang berkaitan dengan tembakau, termasuk sekitar 1.3 juta non-perokok yang terpapar asap rokok secara pasif (WHO, 2022).

Menurut WHO pada tahun 2022, prevalensi penggunaan tembakau di berbagai negara menunjukkan variasi yang signifikan. Beberapa negara dengan tingkat konsumsi tembakau tertinggi antara lain Indonesia, Rusia, dan Bangladesh, di mana lebih dari 30% penduduknya adalah perokok. Di Eropa, Bulgaria dan Yunani juga menunjukkan angka yang tinggi dengan prevalensi sekitar 27-28%. Sebaliknya, negara-negara seperti Brasil dan Australia telah mencatat penurunan substansial dalam penggunaan tembakau, dengan prevalensi di bawah 15% berkat kebijakan pengendalian tembakau yang efektif. Menurut WHO tahun 2022, prevalensi penggunaan tembakau di Indonesia tetap sangat tinggi, dengan sekitar 33.5% penduduk dewasa berusia 15 tahun ke atas yang merokok.

Seseorang dikategorikan sebagai perokok aktif apabila merokok setiap hari dalam jangka waktu minimal enam bulan selama hidupnya dan masih merokok pada saat dilakukan penelitian. Perokok menurut *World Health Organization* (WHO) diklasifikasikan menjadi tiga kelompok berdasarkan jumlah rokok yang dihisap per hari, yaitu seseorang yang mengonsumsi rokok 1 - 10 batang per hari

disebut perokok ringan, 11 - 20 batang per hari disebut perokok sedang, dan lebih dari 20 batang per hari disebut perokok berat (DEPKES RI, 2004).

Menurut Kusumasari (2015) mengambil kesimpulan bahwa responden yang merokok memiliki kadar kolesterol yang tinggi. Hasil penelitian ini disokong oleh penelitian Maria Gregoria (2019) yang menyatakan pada perokok aktif memiliki kadar kolesterol yang tinggi. Peningkatan kadar kolesterol tinggi pada responden Sebagian besar disebabkan karena beberapa faktor diantaranya faktor usia, jangka waktu mengkonsumsi rokok dan tergolong perokok sedang dan berat.

Merokok merupakan kebiasaan buruk yang tidak dapat dihindari dalam berbagai lapisan masyarakat, baik usia tua bahkan usia muda. Kebiasaan merokok dapat menyebabkan berbagai macam dampak negatif, salah satunya adalah peningkatan kadar konsentrasi kolesterol jahat dalam darah. Rokok mengandung zat kimia yang dapat meningkatkan kadar kolesterol dalam darah, dimana dalam total kolesterol terdapat kolesterol jahat atau *Low Density Lipoprotein* (LDL) dan kadar kolesterol baik atau *High Density Lipoprotein* (HDL) (Minarti, 2014).

Asap rokok dapat meningkatkan kadar *Low-Density Lipoprotein* (LDL) di dalam tubuh. Zat kimia yang terkandung dalam rokok dapat meningkatkan kadar *Low-Density Lipoprotein* (LDL) dan menurunkan kadar *High-density Lipoprotein* (HDL) dan dalam jangka panjang dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan seperti arterosklerosis. Kadar *High-density Lipoprotein* (HDL) pada perokok lebih rendah, sebaliknya, kadar *Low-Density Lipoprotein* (LDL) mengalami peningkatan hal ini menyebabkan lemak dari hati justru dibawa kembali ke jaringan tubuh (Sanhia, Pangemanan dan Engka, 2015).

Kolesterol sering kali dilihat sebagai sesuatu yang sangat menakutkan, tingginya kadar kolesterol dalam darah dapat meningkatkan resiko terkena penyakit jantung. Bila keadaan ini terus berlangsung dalam kehidupan sehari-hari maka akan berdampak kurang baik bagi kesehatan. Peningkatan kadar kolesterol dapat menimbulkan beberapa penyakit, seperti hipertensi, penyakit jantung koroner, dan penyumbatan pembuluh darah. Umumnya kebanyakan orang mengira bahwa kolesterol seseorang akan tinggi pada orang-orang yang mengalami obesitas saja,

padahal kolesterol juga dapat tinggi pada orang yang berbadan kurus. Karena itu, baik orang yang mengalami masalah dengan berat badan maupun tidak tetap harus menjaga kadar kolesterolnya (Minarti, 2014).

Kolesterol yang berlebihan dalam darah akan mudah melekat pada dinding sebelah dalam pembuluh darah. Kadar kolesterol dalam tubuh pada dasarnya dapat dikontrol dengan pola hidup yang sehat serta menghindari jenis makanan atau minuman yang dapat meningkatkan kadar kolesterol (Ruslianti, 2014).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran kadar kolesterol pada perokok aktif usia lebih dari 30 tahun di Nagari Garagahan Kecamatan Lubuk Basung”

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran kadar kolesterol pada perokok aktif usia lebih dari 30 tahun di Nagari Garagahan Kecamatan Lubuk Basung?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran kadar kolesterol pada perokok aktif usia lebih dari 30 tahun di Nagari Garagahan Kecamatan Lubuk Basung.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui kadar kolesterol berdasarkan kelompok umur pada perokok aktif usia lebih dari 30 tahun di Nagari Garagahan Kecamatan Lubuk Basung.
- b. Mengetahui kadar kolesterol berdasarkan jumlah rokok yang di konsumsi setiap hari oleh perokok aktif usia lebih dari 30 tahun di Nagari Garagahan Kecamatan Lubuk Basung.
- c. Mengetahui kadar kolesterol berdasarkan lama merokok oleh perokok aktif usia lebih dari 30 tahun di Nagari Garagahan Kecamatan Lubuk Basung.
- d. Mengetahui Kadar Kolesterol berdasarkan jenis rokok yang di hisap oleh perokok aktif usia lebih dari 30 tahun di Nagari Garagahan Kecamatan Lubuk Basung.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah kompetensi di bidang kimia klinik dan penulisan ilmiah serta untuk pengembangan ilmu di Universitas Perintis Indonesia Fakultas Kesehatan Prodi DIII Teknologi Laboratorium Medis.

2. Bagi Institusi

Sebagai bahan tambahan data dasar bagi akademik dan informasi mengenai gambaran kadar kolesterol pada perokok aktif usia lebih dari 30 tahun di Nagari Geragahan Kecamatan Lubuk Basung.

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi Masyarakat agar tetap menjaga kadar kolesterolnya.

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Hasil penelitian gambaran kadar kolesterol pada perokok aktif usia lebih dari 30 tahun di Nagari Garagahan Kecamatan Lubuk Basung dengan responden sebanyak 30 orang pada bulan Juni 2024 dapat disimpulkan hasilnya sebagai berikut:

1. Distribusi frekuensi hasil pemeriksaan kadar kolesterol pada perokok aktif usia lebih dari 30 tahun di Nagari Garagahan Kecamatan Lubuk Basung berdasarkan kelompok umur. Dapat disimpulkan kelompok umur 41-50 tahun adalah umur dengan jumlah terbanyak yaitu sebanyak 13 orang (43,3%), dengan 12 orang (40%) memiliki kadar kolesterol yang tinggi. Dengan rata-rata kadar kolesterol pada perokok aktif usia lebih dari 30 di nagari Garagahan Kecamatan Lubuk basung yaitu 237,5 mg/dL.
2. Distribusi frekuensi hasil pemeriksaan kadar kolesterol pada perokok aktif usia lebih dari 30 tahun di Nagari Garagahan Kecamatan Lubuk Basung berdasarkan jumlah konsumsi rokok per hari. Dapat disimpulkan responden dengan jumlah konsumsi rokok 11-20 batang per hari adalah jumlah konsumsi rokok terbanyak yaitu 23 orang (76,7%), dengan kadar kolesterol tinggi sebanyak 18 orang (60,0%). Dengan rata-rata kadar kolesterol pada perokok aktif usia lebih dari 30 di nagari Garagahan Kecamatan Lubuk basung yaitu 237,5 mg/dL.
3. Distribusi frekuensi pemeriksaan kadar kolesterol pada perokok aktif usia lebih dari 30 tahun di Nagari Garagahan Kecamatan Lubuk Basung berdasarkan lama merokok. Dapat disimpulkan responden yang merokok lebih dari >20 tahun sebanyak 21 orang (70%), dengan kadar kolesterol tinggi sebanyak 16 orang (53,3%). Dengan rata-rata kadar kolesterol pada perokok aktif usia lebih dari 30 di nagari Garagahan Kecamatan Lubuk basung yaitu 237,5 mg/dL.
4. Distribusi frekuensi pemeriksaan kadar kolesterol pada perokok aktif usia lebih dari 30 tahun di Nagari Garagahan Kecamatan Lubuk Basung berdasarkan jenis

rokok yang di hisap. Dapat disimpulkan dari 30 responden, didapatkan semua responden mengkonsumsi rokok filter dengan persentase (100%) dan tidak ada responden yang mengkonsumsi rokok non filter. Dengan rata-rata kadar kolesterol pada perokok aktif usia lebih dari 30 tahun di Nagari Garagahan Kecamatan Lubuk Basung yaitu 237,5 mg/dL

Maka dapat disimpulkan mengkonsumsi rokok dalam jumlah yang banyak dan jangka waktu yang lama dapat meningkatkan kadar kolesterol.

5.2 Saran

Setelah dilakukan penelitian mengenai Gambaran kadar kolesterol pada perokok aktif usia lebih dari 30 tahun di Nagari Garagahan Kecamatan Lubuk Basung, maka dapat disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk melihat hubungan kadar kolesterol pada perokok aktif secara statistik.