

**IDENTIFIKASI KADAR KOLESTEROL PADA PEROKOK
AKTIF DI DESA TELANG KECAMATAN KAMAL**

KARYA TULIS ILMIAH



**IDENTIFIKASI KADAR KOLESTEROL PADA PEROKOK
AKTIF DI DESA TELANG KECAMATAN KAMAL**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan Untuk Melengkapi Sebagian Persyaratan Menjadi
Ahli Madya Kesehatan**

Oleh :

**Milatus Zahroh
NIM. 19134530019**

**PROGRAM STUDI D-III ANALIS KESEHATAN
STIKES NGUDIA HUSADA MADURA
2022**

HALAMAN PENGESAHAN

**IDENTIFIKASI KADAR KOLESTEROL PADA PEROKOK AKTIF DI DESA
TELANG KECAMATAN KAMAL**

NASKAH PUBLIKASI

Oleh:

MILATUS ZAHROH
19134530019

Telah disetujui pada tanggal
Kamis, 6 September 2022
Pembimbing

Riyadatus Solihah ,S.Farm .,M.SI
NIDN. 0730069004

IDENTIFIKASI KADAR KOLESTEROL PEROKOK AKTIF DI DESA TELANG KECAMATAN KAMAL

Milatus zahroh², Riyadatus Solihah,S.Farm.,Apt.,M.Si³

*email: milatussahroh718@gmail.com

ABSTRAK

Kolesterol terjadi pada tubuh seseorang yang memiliki berat badan obesitas, perokok, tidak melakukan aktifitas fisik dan penderita diabetes mellitus. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi kadar kolesterol pada perokok aktif di Desa Telang Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan sampel 23 orang menggunakan sampel serum pada perokok aktif yang telah dilakukan penelitian pada bulan Juli 2022 bertempat di Laboratorium patologi klinik Analis Kesehatan STIKes Ngudia Husada Madura.

Penelitian ini mendapatkan hasil tertinggi 241.3 mg/dl dan hasil terendah 98.6 mg/dl.seseorang yang memiliki kebiasaan merokok dapat menyebabkan peningkatan kadar kolesterol. Kolesterol tinggi dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu kebiasaan mengkonsumsi makanan tidak sehat (memiliki kadar lemak jenuh yang tinggi) seperti kuning telur, mentega, keju, santan, dan lainnya, kurang berolah raga atau kurang beraktivitas, kebiasaan merokok, terlalu banyak mengkonsumsi minuman beralkohol, obesitas, memiliki penyakit tertantu seperti hipertensi, diabetes mellitus, selain itu juga disebabkan oleh penambahan usia (lansia), untuk mencegah hal tersebut lansia direkomendasikan untuk mengurangi konsumsi rokok serta dapat memperbaiki pola hidup menjadi lebih sehat agar dapat dilakukan pencegahan terhadap peningkatan kadar kolesterol, hal ini bisa dilakukan metode *hypnotherapy* agar berhenti merokok dan menerapkan hidup sehat.

Kata Kunci: Kadar kolesterol, perokok aktif

1. Judul KTI
2. Mahasiswa Diploma III STIKes Ngudia Husada Madura
3. Dosen STIKes Ngudia Husada Madura

IDENTIFIKASI KADAR KOLESTEROL PADA PEROKOK AKTIF DI DESA TELANG KECAMATAN KAMAL

Milatus Zahroh², Riyadatus Solihah, S.Farm., Apt., M.Si³

*email: milatussahroh718@gmail.com

ABSTRACT

ABSTRAK

Kolesterol terjadi pada tubuh seseorang yang memiliki berat badan obesitas, perokok, tidak melakukan aktifitas fisik dan penderita diabetes mellitus. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi kadar kolesterol pada perokok aktif di Desa Telang Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan sampel 23 orang menggunakan sampel serum pada perokok aktif yang telah dilakukan penelitian pada bulan Juli 2022 bertempat di Laboratorium patologi klinik Analis Kesehatan STIKes Ngudia Husada Madura.

Penelitian ini mendapatkan hasil tertinggi 241.3 mg/dl dan hasil terendah 98.6 mg/dl. Seseorang yang memiliki kebiasaan merokok dapat menyebabkan peningkatan kadar kolesterol. Kolesterol tinggi dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu kebiasaan mengkonsumsi makanan tidak sehat (memiliki kadar lemak jenuh yang tinggi) seperti kuning telur, mentega, keju, santan, dan lainnya, kurang berolahraga atau kurang beraktivitas, kebiasaan merokok, terlalu banyak mengkonsumsi minuman beralkohol, obesitas, memiliki penyakit tertentu seperti hipertensi, diabetes mellitus, selain itu juga disebabkan oleh pertambahan usia (lansia), untuk mencegah hal tersebut lansia direkomendasikan untuk mengurangi konsumsi rokok serta dapat memperbaiki pola hidup menjadi lebih sehat agar dapat dilakukan pencegahan terhadap peningkatan kadar kolesterol, hal ini bisa dilakukan metode *hypnotherapy* agar berhenti merokok dan menerapkan hidup sehat.

Keywords: : *Cholesterol levels, active smokers*

PENDAHULUAN

Kolesterol total merupakan salah satu jenis lemak yang secara alami ada dalam makanan berasal dari binatang berfungsi bagi tubuh manusia untuk membangun sel membentuk berbagai hormon. Kolesterol yang berlebihan dapat menyebabkan pengendapan kolesterol di dinding pembuluh darah yang menimbulkan penyempitan sehingga dapat memicu terjadinya penyakit jantung Koroner (Putri dkk., 2018). Kolesterol terjadi pada tubuh seseorang yang memiliki berat badan obesitas, perokok, tidak melakukan aktifitas fisik dan penderita *diabetes mellitus* (Maria, 2019).

Faktor peningkatan kadar kolesterol dalam darah salah satunya dapat disebabkan oleh kebiasaan merokok sehingga berdampak buruk bagi kesehatan, namun masih banyak masyarakat yang tidak mengetahui bahwa asap rokok dapat meningkatkan kadar kolesterol di dalam tubuh. Zat kimia yang terkandung dalam

rokok dapat meningkatkan kadar kolesterol. (Putri dkk., 2018).

Berdasarkan data yang di peroleh dari provinsi dengan kolestrol tinggi di poswindu dan FKTP Di Indonesia provinsi jawa timur yaitu 36,1% dengan jumlah yang di periksa 8225 orang dengan jumlah kolesterol yang tinggi sebanyak 2967. Presentase kolesterol tinggi yang tercatat di puskesmas yang sudah menggunakan sistem informasi surveilans penyakit tidak menular (PTM) menurut jelas kelamin, pada laki laki sebesar 48% sedangkan pada perempuan 54,3% .Berdasarkan umur presentase kolesterol tinggi pada kelompok umur 60 tahun sebesar 58,7% (Dinkes jatim, 2016).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mestiawani (2017), mengatakan bahwa tidak ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan kadar kolesterol. Menurut penelitian Kusuma dkk (2015) ada beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi tinggi kolesterol antara lain : genetis, usia, pola makan, stress, obesitas,

penyakit lain, minuman alkohol dan terakhir merokok. Ada beberapa sumber utama lemak makanan adalah lemak yang tidak terlihat adalah lemak yang secara alamiah terdapat dalam bahan makanan. Bahan makanan yang mengandung tinggi protein tidak terlihat adalah daging, telur, biji-bijian dan kacang-kacangan, lemak kasat mata yaitu lemak yang terlihat oleh mata biasanya seperti minyak goreng, gajih, atau jeroan, margarin, dan lemak yang ditambahkan.

TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi kadar kolesterol pada perokok aktif di desa telang kecamatan kamal.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang di gunakan adalah penelitian deskriptif yang di artikan untuk mengetahui gambaran suatu hubungan sebab akibat (Sugiyono, 2016). Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif. Jenis penelitian ini adalah deskriptif, yaitu penelitian yang dilakukan

untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang terjadi di masyarakat (Notoadmojo, 2018). Penelitian ini dilakukan dengan observasi atau pengukuran variabel sekali dan sekaligus pada waktu yang sama (Notoadmojo, 2018). Penelitian ini melihat identifikasi kadar kolesterol pada perokok aktif.

HASIL PENELITIAN

| Kode sampel | Kadar Kolesterol | Nilai Normal |
|--------------------|--------------------|--------------|
| S1 | 145.1 mg/dl | <200 mg/dl |
| S2 | 209.2 mg/dl | <200 mg/dl |
| S3 | 142.1 mg/dl | <200 mg/dl |
| S4 | 202.8 mg/dl | <200 mg/dl |
| S5 | 166.0 mg/dl | <200 mg/dl |
| S6 | 235.6 mg/dl | <200 mg/dl |
| S7 | 241.3 mg/dl | <200 mg/dl |
| S8 | 227.6 mg/dl | <200 mg/dl |
| S9 | 170.9 mg/dl | <200 mg/dl |
| S10 | 171.3 mg/dl | <200 mg/dl |
| S11 | 98.6 mg/dl | <200 mg/dl |
| S12 | 142.3 mg/dl | <200 mg/dl |
| S13 | 167.7 mg/dl | <200 mg/dl |
| S14 | 169.5 mg/dl | <200 mg/dl |
| S15 | 172.2 mg/dl | <200 mg/dl |
| S16 | 183.9 mg/dl | <200 mg/dl |
| S17 | 153.6 mg/dl | <200 mg/dl |
| S18 | 154.5 mg/dl | <200 mg/dl |
| S19 | 126.4 mg/dl | <200 mg/dl |
| S20 | 167.4 mg/dl | <200 mg/dl |
| S21 | 126.1 mg/dl | <200 mg/dl |
| S22 | 162.3 mg/dl | <200 mg/dl |
| S23 | 147.4 mg/dl | <200 mg/dl |
| Rata - rata | 168,4 mg/dl | |

Berdasarkan tabel tersebut didapatkan hasil tertinggi pada kadar kolesterol yaitu 241.3 mg/dl dan terendah yaitu 98.6 mg/dl, sedangkan didapatkan nilai rata-rata yaitu 168,4 mg/dl.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui identifikasi kadar kolesterol menggunakan sampel serum pada perokok aktif. Penelitian ini menggunakan 23 responden, didapatkan nilai rata-rata yaitu 168,4 mg/dl, umumnya kadar kolesterol normal tidak lebih dari 200 mg/dl. Kolesterol normal didapatkan dengan cara hidup sehat dan mengonsumsi makanan sehat. Kadar kolesterol tinggi lebih dari <200 mg/dl disebabkan karena kadar HDL melampaui batas normal, hal ini disebabkan karena pola hidup tidak sehat salah satunya dengan mengonsumsi rokok. Mengonsumsi rokok dapat meningkatkan kadar HDL, mengonsumsi rokok lebih dari 10 batang perhari.

Pada penelitian kusumasari (2015) Jumlah rata-rata batang rokok yang dihisap

terdapat di Bangka Belitung yaitu 18 batang, dan di Jawa Tengah sendiri mempunyai rata-rata batang rokok yang dihisap perhari adalah 10,1 batang memiliki kadar kolesterol yang tinggi.

Pada perokok aktif yang kadar kolesterol rendah dapat disebabkan karena aktivitas fisik seperti olah raga dan mengonsumsi makanan yang seimbang. Olah raga dapat memperlancar aliran darah sehingga kadar kolesterol tetap normal.

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang dilakukan di Laboratorium Patologi klinik Analisis Kesehatan STIKes Ngudia Husada Madura menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan peningkatan kadar kolesterol.

DAFTAR PUSTAKA

- Kusuma, I. M., Haffidudin, M., Prabowo, A., No, J. T. B. S., & Tegalsari, R. T. (2015). Hubungan pola makan dengan peningkatan Kadar kolesterol pada lansia di Jebres Surakarta. *Jurnal Keperawatan*, 2(2).
- Mestiwani Marunti, M. M., Nurul Huda S, N. H. S., & Elza Ismail, E. I. (2017). *Hubungan Antara Asupan Lemak, Kebiasaan Minum Kopi Dan Merokok Dengan Kadar Kolesterol*

Darah Pada Supir Taksi Di Bandar Udara Internasional Adisutjipto (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).

Notoadmojo, S. (2018) 'Metodelogi Penelitian Kesehatan', *Indonesian Journal On Medical Science*.

Putri, S. R. and Isti, D. (2015) 'Obesitas sebagai Faktor Resiko Peningkatan Kadar Trigliserida Septyne', *Jurnal Majority*.

Sugiyono (2016) 'Definisi dan Operationsl Variabel Penelitian', *Definisi dan Operationsl Variabel Penelitian*.

