BAB 1
PENDAHULUAN

1.2 Latar Belakang

Dislipidemia merupakan isu kesehatan global yang menyebabkan meningkatnya angka morbiditas dan mortalitas karena penyakit kardiovaskular, menjadikannya tantangan dalam mencegah penyakit jantung koroner serta stroke. Dalam tiga puluh tahun terakhir, prevalensinya menunjukkan peningkatan dan kini menjadi isu kesehatan masyarakat yang signifikan di negara dengan pendapatan rendah, menengah, serta tinggi. Faktor-faktor seperti pola makan yang tinggi lemak jenuh, kurangnya aktivitas fisik, obesitas, kebiasaan merokok, usia, hipertensi, dan diabetes dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya dislipidemia. Di samping itu, perilaku kesehatan yang buruk, seperti kesulitan dalam membatasi asupan lemak dan rendahnya tingkat aktivitas fisik, juga memperparah kondisi dislipidemia. Kepatuhan pasien terhadap pengobatan masih terbilang rendah, terutama dalam mengikuti diet rendah lemak dan mengonsumsi obat penurun lipid dengan teratur. Situasi ini menyebabkan pengendalian dislipidemia belum mencapai hasil yang optimal dan menambah beban penyakit tidak menular yang menjadi fokus nasional (Ali, N., Samadder, M., Kathak, R.R., & Islam, F. 2023).

Statistik *World Health Organization* (WHO, 2023) menunjukkan bahwa prevelensi dislipidemia di kawasan Asia Tenggara adalah sebesar 30,3% yang ditandai dengan kadar kolestrol total lebih dari 190 mg/dL pada orang dewasa

berusia > 25 tahun. Dalam refrensi yang sama data mengenai prevelensi dislipidmia di Indonesia, berdasarkan temuan kadar kolestrol total >160 mg/dL pada orang dewasa berusia>25 tahun adalah sekitar 36% (33,1% pada pria dan 38,2% pada wanita). Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 (SKI 2023), tingkat kejadian hipertensi di kalangan orang dewasa berusia ≥18 tahun di Indonesia mencapai 30,8%. Situasi ini berkaitan dengan sejumlah faktor risiko, di antaranya adalah dislipidemia, yang dipengaruhi oleh kebiasaan kesehatan dan kepatuhan individu dalam mengikuti pola makan serta menjalani pengobatan. Prevalensi kadar kolesterol tinggi di Jawa Timur mencapai 36,1% (dengan kadar kolesterol 190 mg/dl). Sedangkan data yang diperoleh dari Puskesmas Kauman Baru, tercatat sebanyak 12,61% dari total 1.547 pasien terkontrol selama periode Januari-September (Gebreegziabiher G., 2021).

Meningkatnya prevalensi dislipidemia berkaitan erat dengan perubahan pola hidup masyarakat, terutama pola konsumsi makanan tinggi lemak jenuh dan rendahnya aktivitas fisik. Kebiasaan mengonsumsi makanan seperti gorengan, daging berlemak, makanan bersantan, serta penggunaan minyak jenuh secara berlebihan masih banyak dijumpai di masyarakat. Kondisi ini diperparah dengan gaya hidup sedentari, obesitas, kebiasaan merokok, serta adanya penyakit penyerta seperti hipertensi dan diabetes mellitus Pada pasien dislipidemia, pengendalian kadar lipid sangat dipengaruhi oleh perilaku pasien dalam menjalani pola hidup sehat, khususnya kepatuhan terhadap diet rendah lemak jenuh. Namun, pada praktiknya masih banyak pasien yang belum mampu membatasi asupan lemak jenuh sesuai dengan anjuran tenaga kesehatan. Rendahnya kepatuhan diet ini menyebabkan pengendalian kadar kolesterol

menjadi tidak optimal dan meningkatkan risiko terjadinya komplikasi kardiovaskular. Berdasarkan data di Puskesmas Kauman Baru, tercatat sebanyak 12,61% dari total 1.547 pasien merupakan pasien hipertensi terkontrol selama periode Januari–September. Kondisi ini menunjukkan adanya kelompok pasien dengan faktor risiko kardiovaskular yang memerlukan perhatian khusus, termasuk pengendalian dislipidemia melalui perubahan perilaku dan kepatuhan diet (Nasution, A. A., Siregar, P. P., & Nasution, Y. A. 2022).

Upaya untuk mengontrol dislipidemia dapat dilakukan dengan menerapkan gaya hidup yang sehat. Rekomendasi pola makan bagi individu yang mengalami dislipidemia meliputi peningkatan asupan buah dan sayuran, menghindari lemak trans, membatasi konsumsi lemak jenuh, makanan olahan, daging merah, serta garam, dan menanggalkan kebiasaan merokok. Di samping itu, melakukan aktivitas fisik secara teratur juga merupakan bagian penting dari terapi yang dapat membantu mengendalikan berat badan, menurunkan tekanan darah, memperbaiki metabolisme lipid, dan mencegah komplikasi jantung dan pembuluh darah. Akan tetapi, keberhasilan dari langkah-langkah tersebut sangat ditentukan oleh sikap serta ketaatan pasien dalam menerapkan pola makan yang sehat dan berolahraga secara konsisten (Kalra & Raizada, 2024; Khoury et al., 2022; Burlutskaya et al., 2021). Beberapa penelitian sebelumnya telah menunjukkan hubungan antara pola konsumsi makanan tinggi lemak dengan kejadian dislipidemia. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan perilaku pasien dengan tingkat kepatuhan diet rendah lemak jenuh, khususnya pada pasien dislipidemia di pelayanan kesehatan tingkat pertama, masih terbatas. Dijelaskan juga pada ayat Al- Qur’an surat Al-A’raf [7]: 31

yang berarti "Wahai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, tetapi jangan berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan."(QS. Al-A'raf: 31).

Makna dalam penelitian yaitu ayat ini menjadi dasar etika konsumsi dalam islam. Berlebihan dalam makan khusunya makan makanan berlemak tinggi dapat menyebabkan penyakit dislipidemia, pasien yang patuh pada diet sehat yaitu orang yang menjalankan perintah Allah untuk tidak berlebih lebihan dalam makan.

Latar belakang di atas mendasari penulis untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan Perilaku Pasien Terhadap Kepatuhan Diet Rendah Lemak Jenuh Pada Pasien Dislipidemia Di Puskesmas Kauman Baru"

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah "Apakah terdapat hubungan antara perilaku pasien dengan kepatuhan diet rendah lemak jenuh pada pasien dislipidemia di Puskesmas Kauman Baru?"

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah "Untuk mengetahui hubungan antara perilaku pasien dengan kepatuhan diet rendah lemak jenuh pada pasien dislipidemia di Puskesmas Kauman Baru?"

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi perilaku diet pasien dislipidemia di Puskesmas Kauman Baru Kabupaten Ponorogo.
2. Mengidentifikasi tingkat kepatuhan diet rendah lemak jenuh pasien Dislipidemia di Puskesmas Kauman Baru Kabupaten Ponorogo.
3. Menganalisis hubungan antara perilaku pasien dengan kepatuhan diet rendah lemak jenuh pada pasien dislipidemia di Puskesmas Kauman Baru Kabupaten Ponorogo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini akan menjadi sumber referensi ilmiah dan menambah pengetahuan dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya di bidang keperawatan medical bedah yang berfokus pada perilaku pasien terhadap kepatuhan diet rendah lemak jenuh. Penelitian ini juga diharapkan bisa memperluas literatur dan memberikan dasar untuk penelitian selanjutnya yang membahas hubungan antara perilaku pasien terhadap kepatuhan diet tinggi lemak jenuh pada pasien dislipidemia di Puskesmas Kauman Baru.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Puskesmas Kauman Baru

   Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan evaluasi dan pertimbangan dalam menyusun program edukasi gizi dan promosi kesehatan untuk meningkatkan kepatuhan diet pada pasien dislipidemia.

2. Bagi Tenaga Kesehatan/Perawat

   Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran tentang pentingnya peran perawat dalam memberikan edukasi, motivasi, dan pendampingan perilaku sehat pada pasien dengan dislipidemia agar tercapai perubahan gaya hidup yang lebih baik.

3. Bagi Pasien

   Hasil penelitia ini dapat meningkatkan kesadaran pasien mengenai pentingnya menjaga perilaku makan, terutama dalam mengurangi konsumsi lemak jenuh, sehingga dapat membantu mengontrol kadar lipid darah dan mencegah komplikasi.

4. Bagi Institusi Pendidikan

   Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber referensi ilmiah bagi mahasiswa keperawatan dalam proses pembelajaran maupun penelitian yang berkaitan dengan perilaku kesehatan dan kepatuhan diet pada penyakit metabolik.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dan dasar pembanding untuk penelitian selanjutnya yang meneliti faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan diet pada pasien dislipidemia atau penyakit metabolik lainnya.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Habiba I. Ali, Fadima Elmi, Lily Stojanovska, Naser Ibrahim, Leila Cheikh Ismail, dan Ayesha S. Al Dhaheri (2022). Hubungan Dislipidemia dengan

Asupan Makanan, Status Berat Badan, dan Faktor Sosiodemografi pada Orang Dewasa di Uni Emirat Arab.

Penelitian ini menggunakan desain cross sectional terhadap 610 orang dewasa di Uni Emirat Arab dengan menggunakan alat Food Frequency Questionnaire (FFQ) dan WHO STEPS Instrument untuk menilai pola makan, tingkat aktivitas fisik, serta diagnosis dislipidemia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dislipidemia terkait secara signifikan dengan peningkatan usia, indeks massa tubuh, diabetes, hipertensi, serta pola makan yang tinggi akan lemak jenuh dan kolesterol. Hampir semua responden, yaitu sekitar 81,2%, melebihi batas asupan lemak jenuh yang direkomendasikan. Penelitian ini mirip dengan penelitian sebelumnya karena juga membahas kondisi dislipidemia dan faktor-faktor yang memengaruhinya. Perbedaannya, penelitian sebelumnya dilakukan pada masyarakat umum dengan fokus pada pola makan, sedangkan penelitian ini fokus pada hubungan perilaku pasien dengan kepatuhan diet tinggi lemak jenuh di kalangan pasien dislipidemia di Puskesmas Kauman Baru, sehingga penelitian ini lebih aplikatif dan kontekstual dalam pelayanan kesehatan primer di Indonesia.

2. Luiza Antoniazzi, Raquel Arroyo-Olivares, Marcio S. Bittencourt, Mauricio T. Tada, Isabella Lima, Cinthia E. Jannes, Jose E. Krieger, Alexandre C. Pereira, Gracia Quintana-Navarro, Ovidio Muñiz-Grijalvo, José L. Díaz-Díaz, Rodrigo Alonso, Pedro Mata, & Raul D. Santos (2021). Kepatuhan terhadap Diet Mediterania, Dislipidemia, dan Peradangan pada

Hiperkolesterolemia Familial. Nutrisi, Metabolisme dan Penyakit Kardiovaskular, 31(7), 2014–2022.

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian potong lintang dengan tujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat kepatuhan terhadap diet Mediterania dengan kondisi dislipidemia dan biomarker peradangan yang rendah pada pasien hiperkolesterolemia familial di Brazil dan Spanyol. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat kaitan yang signifikan antara tingkat kepatuhan terhadap diet dengan kadar LDL-C, ApoB, dan hs-CRP, di mana semakin tinggi kepatuhan terhadap diet Mediterania, semakin baik juga profil dislipidemia yang dialami. Penelitian sebelumnya memiliki kesamaan dalam hal mempelajari kepatuhan diet pada pasien yang mengalami gangguan lipid. Namun, perbedaannya adalah penelitian sebelumnya lebih fokus pada diet Mediterania dan biomarker laboratorium, sedangkan penelitian ini menekankan pada perilaku pasien dalam mematuhi diet dengan kadar lemak jenuh yang tinggi secara langsung di pelayanan primer yaitu Puskesmas Kauman Baru.

3. Puji Affan Dwi Miriyanto, Alwin Widhiyanto, & Yulia Rahmawati (2023). Hubungan Peran Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Kolesterol di Desa Buduan Kecamatan Suboh Situbondo. Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia, 2(9), 438–446.

   Penelitian ini menggunakan metode analitik korelasi dengan pendekatan cross sectional yang dilakukan pada 27 responden dengan teknik total sampling. Hasil uji Spearman menunjukkan nilai korelasi sebesar r = 0,522 dengan p value = 0,005 (<0,05), artinya terdapat hubungan signifikan

antara peran keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita kolesterol. Persamaan dengan penelitian ini terletak pada fokus terhadap kepatuhan diet pada pasien dengan gangguan lipid. Perbedaannya adalah penelitian ini menitikberatkan pada hubungan peran keluarga terhadap kepatuhan diet kolesterol, sedangkan penelitian yang diusulkan meneliti hubungan perilaku individu (pasien) terhadap kepatuhan diet tinggi lemak jenuh, tanpa menitikberatkan pada dukungan keluarga.