

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Hiperkolesterol merupakan suatu keadaan dimana kadar kolesterol didalam darah melebihi batas normal yang diperlukan. Hal ini terjadi disebabkan. Hiperkolesterol merupakan salah satu gangguan kadar lemak darah (dislipidemia) dimana kadar kolesterol dalam darah lebih dari 240 mg/dL, kadar *Low Density Lipoprotein* (LDL) atau lemak jahat lebih dari 200 mg/dL, kadar *High Density Lipoprotein* (HDL) atau kolesterol baik kurang dari 70 mg/dL, dan kadar trigliserida yang baik adalah kurang dari

150 mg/dL. Hal ini terjadi karena faktor penyebab hiperkolesterol diantaranya, faktor keturunan, konsumsi makanan tinggi lemak, kurang olahraga, kebiasaan merokok, dan mengkonsumsi alkohol.

Kadar kolesterol total laki-laki lebih tinggi dibanding wanita, kolesterol total adalah jumlah kolesterol LDL, HDL, trigliserida, dan komponen lipid lainnya. Pada laki-laki normalnya kadar kolesterol total ialah kurang dari 200 mg/dL, jumlah kadar kolesterol LDL tidak lebih dari 120 mg/dL, kadar kolesterol HDL minimal 40 mg/dL tidak lebih dari 70 mg/dL. Pada wanita kadar kolesterol total normal juga tidak lebih dari 200 mg/dL, kadar kolesterol LDL tidak lebih dari 100 mg/dL, kadar kolesterol HDL minimal 50 mg/dL dan tidak lebih dari 60 mg/dL.

Hiperkolesterol dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit kardiovaskuler, seperti penyakit jantung koroner, dan beberapa penyakit

lain yaitu pankreatitis (peradangan pada organ pankreas), diabetes melitus, gangguan tiroid, penyakit hepar & penyakit ginjal. Kondisi hiperkolesterol dengan waktu yang cukup lama didalam tubuh menyebabkan terbentuknya plak aterosklerosis yang akan membentuk plak kolesterol pada lapisan dinding pembuluh darah arteri. Kondisi seperti ini dapat menyebabkan pergeseran pembuluh darah sehingga menjadi lebih kaku dan dapat menghambat aliran darah.

Kadar kolesterol dalam darah  $>200\text{mg/dl}$  meningkatkan risiko terjadinya penyakit jantung dan pembuluh darah sebesar 1,8 kali lebih besar dibandingkan dengan kolesterol darah  $<200\text{ mg/dl}$ . Laporan Badan Kesehatan Dunia pada tahun 2016, tercatat sebanyak 4,4 juta kematian akibat hiperkolesterol atau sebesar 7,9% dari jumlah total kematian di usia muda. Saat ini di Indonesia terdapat 36 juta atau 18% penduduk Indonesia yang menderita lemak darah ini, di Jawa timur tercatat kisaran 3,4 juta penduduk penderita hiperkolesterol, dan di Kabupaten Lamongan tercatat kisaran 1 juta penduduk menderita hiperkolesterol.

WHO melaporkan bahwa 30% jumlah kematian yang ada di dunia oleh penyakit kardiovaskuler. Tahun 2016 tercatat sebanyak 3,4 juta kematian terjadi karena PJK dan lebih dari separuh kematian tersebut terjadi karena hiperkolesterol. Saat ini terdapat 36 juta atau 18% penduduk Indonesia yang menderita lemak darah ini, di Jawa timur terdapat 3,4 juta penduduk penderita hiperkolesterol, dan di Kabupaten Lamongan tercatat kisaran 1 juta penduduk menderita hiperkolesterol.

Penanganan terhadap kasus hiperkolesterol diperlukan untuk mengendalikan kadar kolesterol darah sebagai upaya mencegah terjadinya dampak lebih lanjut dari hiperkolesterol. Therapeutic Lifestyle Changes (TLC) mencakup penurunan asupan lemak jenuh dan kolesterol, pemilihan bahan makanan yang dapat menurunkan kadar LDL, penurunan berat badan, dan peningkatan aktivitas fisik yang teratur. Perubahan gaya hidup sangat dipengaruhi oleh motivasi diri dan lingkungan yang memerlukan konseling gizi yang baik dan berkelanjutan. Bahan makanan yang mengandung kolesterol yaitu produk-produk hewani, susu sapi, daging, serta telur. Beberapa data epidemiologi, antara lain The Western Electric Study, menunjukkan bahwa diet tinggi kolesterol dapat meningkatkan risiko terkena penyakit jantung melalui pengaruh diet terhadap LDL serum.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka akan dirumuskan pertanyaan sebagai berikut: “Bagaimana Pemberian edukasi diet guna pemenuhan kebutuhan program diet pada kasus hiperkolesterol di Desa Nglebur Kecamatan Kedungpring Kabupaten Lamongan ?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengidentifikasi dan memperoleh pengalaman nyata dalam melaksanakan Pemberian edukasi diet guna pemenuhan kebutuhan program diet pada kasus hiperkolesterol.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Melakukan pengkajian pada klien yang mengalami Hiperkolesterol dengan pemberian edukasi diet guna pemenuhan kebutuhan program diet
- 2) Menyusun Diagnosa keperawatan keluarga pada klien yang mengalami Hiperkolesterol dengan pemberian edukasi diet guna pemenuhan kebutuhan program diet
- 3) Melaksanakan tindakan keperawatan pada klien yang mengalami Hiperkolesterol dengan pemberian edukasi diet guna pemenuhan kebutuhan program diet
- 4) Mendokumentasikan asuhan keperawatan keluarga pada klien yang mengalami Hiperkolesterol di Desa Nglebur

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### 1.4.1 Teoritis

Diharapkan hasil penelitian dapat memberikan wawasan bagi perkembangan ilmu keperawatan keluarga dalam hal pengetahuan dan ketrampilan yang dapat diaplikasikan di kalangan tempat praktek dan masyarakat khususnya dalam hal Pemberian edukasi diet guna pemenuhan kebutuhan program diet pada kasus Hiperkolesterol di desa nglebur kecamatan kedungpring kabupaten lamongan.

#### 1.4.2 Praktis

##### 1. Bagi Keluarga dan pasien

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi perkembangan ilmu keperawatankeluarga dan pengetahuan dan ketrampilan dalam hal pemberian asuhan keperawatan keluarga dengan masalah keperawatan kesiapan peningkatan coping keluarga

##### 1. Bagi Profesi Keperawatan

Memberikan masukan bagi profesi keperawatan dalam mengembangkan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan Asuhan Keperawatan keluarga pada kasus Hiperkolesterol dengan pemberian edukasi diet

##### 2. Bagi Peneliti selanjutnya

Diharapkan menjadi referensi untuk pengembangan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pemberian asuhan keperawatan keluarga dengan masalah keperawatan kesiapan peningkatan coping keluarga dan peneliti selanjutnya bisa meneliti dengan responden yang lebih banyak dan variable yang lebih banyak.