

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kolesterol selalu menjadi topik pembicaraan hangat mengingat jumlah penderitanya yang semakin tinggi di Indonesia. Kebiasaan dan jenis makanan yang dikonsumsi sehari-hari berperan penting dalam mempengaruhi kadar kolesterol darah. Semakin baik pola dan kualitas makanan sehari-hari, tentu makin terjaga pula keseimbangan kolesterol dan kesehatan anda secara keseluruhan. Hiperkolesterolemia adalah tingginya kolesterol dalam darah

Kolesterol adalah lemak yang terdapat dalam aliran darah atau berada dalam sel tubuh, yang sebenarnya dibutuhkan untuk pembentukan dinding sel dan sebagai bahan baku beberapa hormon, namun apabila kadar kolesterol dalam darah berlebihan akan mengakibatkan penyakit jantung koroner dan stroke. Kolesterol LDL adalah lemak yang “jahat”, karena bisa menimbun pada dinding dalam dan pembuluh darah, terutama pembuluh darah kecil yang mensuplai makanan ke jantung dan otak. Timbunan lemak itu makin lama makin tebal dan makin keras, yang dinamakan arteriosklerosis, dan akhirnya menyumbat aliran darah. Kolesterol HDL disebut sebagai lemak “baik”, lantaran dapat membersihkan dan mengamati timbunan lemak dan dinding pembuluh darah ke hati, Triglisida adalah sejenis lemak, sebagian besar lemak tubuh kita berbentuk triglisida. Seperti kolesterol, pada tingkat normal triglisida bersifat positif terhadap kesehatan. Namun hasil penelitian menunjukkan kalau kadar Triglisida meningkat maka bisa memicu timbulnya penyakit jantung (Deviana, 2010).

Tekanan darah adalah kekuatan darah mengalir di dinding pembuluh darah yang keluar dan jantung. (pembuluh arteri) dan yang kembali ke jantung (pembuluh balik). Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi sebenarnya adalah suatu gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkannya.

Hipertensi atau tekanan darah tinggi sering disebut sebagai “*silent killer*“, sebab seseorang dapat mengidap hipertensi selama bertahun-tahun tanpa menyadarinya sampai terjadi kerusakan organ vital yang cukup berat, bahkan dapat membawa kematian. 70% penderita hipertensi tidak merasakan gejala apapun, sehingga tidak mengetahui dirinya menderita hipertensi, sampai ia memeriksakan tekanan darahnya ke dokter. Namun, sebageian lagi ada yang mengeluh pusing, kencang di tengkuk dan sering berdebar-debar (Indriyani, 2009).

Menurut WHO, tekanan darah dianggap normal bila kurang dan 135/85 mmHg, sedangkan dikatakan hipertensi bila lebih dari 140/90 mmHg, dan diantara nilai tersebut dikatakan normal tinggi. Namun bagi orang Indonesia banyak dokter berpendapat bahwa tekanan darah yang ideal sekitar 110-120/ 80-90 mmHg. Batasan ini berlaku bagi orang dewasa diatas 18 tahun.

Hubungan antara tekanan darah dan LDL kolesterol yaitu LDL mempunyai sifat yang menempel pada dinding pembuluh darah sehingga dapat menghambat aliran darah pada pembuluh darah menyebabkan terjadinya peningkatan tekanan darah. Komponen kolesterol yang mempunyai sifat menempel pada dinding pembuluh darah adalah LDL kolesterol. Kolesterol yang

berlebihan dalam darah akan mudah melekat pada dinding dalam pembuluh darah selanjutnya.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara kadar LDL kolesterol dengan tekanan darah?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara kadar LDL kolesterol dengan tekanan darah.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui kadar kolesterol LDL pada penderita hiperkolesterolemia
2. Untuk mengetahui tekanan darah pada penderita hiperkolesterolemia.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Penderita

- a. Menjaga kadar kolesterol LDL
- b. Menjaga tekanan darah
- c. Menjaga kondisi kesehatan

1.4.2 Bagi masyarakat untuk menjaga pola hidup sehat dan menambah pengetahuan tentang kolesterol dan tekanan darah.

1.4.3 Bagi peneliti untuk dapat melanjutkan penelitian tentang kolesterol LDL dan tekanan darah.

1.4.4 Untuk institusi pendidikan untuk menambah referensi dan pengetahuan.