

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kolesterol merupakan komponen alami dalam tubuh manusia yang memiliki fungsi krusial dalam mengatur dan mendukung proses-proses fisiologis (Mardiana et al., 2023). Nilai ideal kolesterol total dalam darah seharusnya berada di bawah 200 mg/dL. Rentang antara 200 hingga 239 mg/dL diklasifikasikan sebagai ambang batas tinggi, sementara kadar yang melebihi 240 mg/dL termasuk dalam kategori kolesterol tinggi (Nugroho, 2019). Dalam tubuh, kolesterol berperan krusial dalam menyusun struktur membran sel, membentuk garam empedu, mensintesis hormon dan vitamin D, serta berkontribusi sebagai cadangan energi (Amelia et al., 2021). Hiperkolesterolemia merujuk pada keadaan patologis yang terjadi ketika konsentrasi kolesterol dalam darah melebihi tingkat normal yang diizinkan secara medis, yang berpotensi menyebabkan berbagai gangguan pada sistem kardiovaskular (Karwiti et al., 2022).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa secara global, hiperkolesterolemia terjadi pada 37% pria dan 40% wanita dewasa. Eropa Barat mencatat angka prevalensi tertinggi untuk kolesterol total, yakni sekitar 54% pada pria dan wanita, diikuti oleh kawasan Amerika sebesar 48%, serta Asia Tenggara sebesar 30% untuk kedua jenis kelamin (Lestari, 2020). Berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020),

prevalensi hiperkolesterolemia di kalangan penduduk Indonesia usia 15-34 tahun tercatat sebesar 39,4%. Angka prevalensi tersebut menunjukkan kecenderungan semakin berkembang seiring bertambahnya umur, dengan proporsi tertinggi sebesar 52,9% pada kelompok usia 35 hingga 59 tahun (Kemenkes RI, 2020). Kasus kolesterol di Provinsi Jawa Tengah mencapai angka 48,1%. Secara nasional, data menunjukkan bahwa lebih dari 35,9% angka kematian penduduk Indonesia disebabkan oleh komplikasi terkait hiperkolesterolemia, termasuk di Kabupaten Grobogan. Berdasarkan informasi dari Dinas Kesehatan Grobogan, terdapat 2.585 lansia yang tercatat sebagai penderita kolesterol tinggi. Penyakit ini menempati urutan kedua sebagai penyakit terbanyak setelah diabetes. Di tingkat desa, tepatnya di Desa Pojok, Dusun Ngasian, ditemukan 110 lansia yang menderita kolesterol tinggi (Dinkes Kabupaten Grobogan, 2025).

Peningkatan kadar kolesterol dalam tubuh erat kaitannya dengan pola konsumsi yang tidak sehat, khususnya tingginya asupan lemak serta rendahnya konsumsi serat dari buah dan sayur. Faktor lain yang turut berkontribusi terhadap risiko hiperkolesterolemia meliputi obesitas, kurangnya aktivitas fisik, stres, tekanan darah tinggi, merokok, serta konsumsi alkohol (Perki, 2017). Karena penderita hiperkolesterolemia sering kali tidak menunjukkan gejala apa pun, ada kemungkinan orang mengetahui mengidap penyakit tersebut saat memeriksakan diri. Hiperkolesterolemia dapat menimbulkan sejumlah gejala, antara lain sensasi kesemutan pada tangan dan kaki, nyeri

kepala terutama di area belakang, serta rasa kaku pada leher dan bahu (Khotima et al., 2021).

Strategi penatalaksanaan hiperkolesterolemia mencakup intervensi farmakologis dan non-farmakologis. Dalam pendekatan farmakologis, penggunaan obat-obatan seperti statin (atorvastatin dan simvastatin), fibrat (seperti fenofibrate), resin pengikat asam empedu (colestyramine dan colestipol), inhibitor selektif penyerapan kolesterol (ezetimibe), asam nikotinat, serta suplemen omega-3 dari minyak ikan terbukti efektif dalam menurunkan kadar kolesterol (Widiyono, 2021). Pendekatan non-farmakologis dalam pengelolaan hiperkolesterolemia menitikberatkan pada perubahan perilaku hidup sebagai upaya untuk mengurangi risiko yang dapat memperparah kondisi tersebut. Langkah-langkah tersebut meliputi pengurangan asupan lemak jenuh, peningkatan konsumsi buah dan sayuran, pembatasan garam, pengontrolan berat badan, penghentian merokok, serta peningkatan frekuensi aktivitas fisik. Rebusan daun salam merupakan salah satu pilihan terapi non-farmakologis dalam pengobatan tradisional yang dipercaya dapat menurunkan kadar kolesterol dalam darah (Mardiana et al., 2023).

Tanaman daun salam (*Syzygium polyanthum*) telah direkomendasikan sebagai terapi tambahan bagi penderita hiperkolesterolemia (Septianingrum & Widaryati, 2018). Rentang kadar kolesterol darah yang dapat diturunkan dengan rebusan daun salam adalah antara 200 dan 300 mg/dL (Pratiwi Mardiana et al., 2023). Waktu terbaik untuk mengonsumsi rebusan daun salam

ialah setelah bangun tidur atau sebelum tidur malam, agar tubuh dapat memproses nutrisinya dengan lebih efektif (Amelia, 2021).

Penelitian oleh Mardiana Pratiwi pada tahun 2023 Alkaloid yang terdapat dalam daun salam berfungsi menghambat kerja enzim lipase pankreas, yang berakibat pada peningkatan ekskresi lemak melalui feses, sehingga menurunkan kadar kolesterol. Selain itu, saponin dalam daun salam berperan dalam menurunkan konsentrasi kolesterol yang diserap tubuh serta meningkatkan proses ekskresi, yang mencegah penyerapan kolesterol lebih lanjut (Mardiana et al., 2023).

Studi pendahuluan yang dilakukan pada 15 responden menunjukkan bahwa 6 responden memiliki kolesterol ≥ 200 mg/dL responden mengatakan hanya mengkonsumsi obat untuk menurunkan kolesterolnya serta 9 responden mempunyai kadar kolesterol ≤ 200 mg/dL dan tidak mengkonsumsi obat dan bahan alami lainnya, berdasarkan hal tersebut peneliti akan memberikan tindakan non farmakologi untuk menurunkan kolesterol dengan cara pemberian asam jawa.

Mengacu pada permasalahan yang telah dikemukakan dalam latar belakang, peneliti memandang perlu untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh rebusan daun slam Terhadap Penurunan Kolesterol Pada Lansia Di Desa Pojok Kecamatan Pulokulon”.

B. Rumusan Masalah

Dengan mempertimbangkan latar belakang yang telah dipaparkan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada Pengaruh rebusan daun salam Terhadap Penurunan Kolestrol Pada Lansia Di Desa Pojok Kecamatan Pulokulon?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengidentifikasi Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kolestrol Pada Lansia Di Desa Pojok Kecamatan Pulokulon?

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi Kolestrol sebelum dilakukan pemberian rebusan daun salam.
- b. Mengidentifikasi Kolestrol sesudah dilakukan pemberian rebusan daun salam.
- c. Menganalisa Pengaruh rebusan daun slam Terhadap Penurunan Kolestrol Pada Lansia Di Desa Pojok Kecamatan Pulokulon.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat memperkuat teori yang berlaku serta memberikan kontribusi terhadap pengembangan pengetahuan dalam ilmu pendidikan, keperawatan, kesehatan serta hal tentang Pengaruh rebusan daun salam terhadap penurunan kolesterol, serta dapat menjadi

refrensi bagi peneliti, pembaca maupun peneliti selanjutnya sesuai dengan yang dipelajari selama menempuh bangku perkuliahan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangan yang signifikan sebagai acuan dan sumber informasi yang berkaitan dengan efek konsumsi rebusan daun salam dalam menurunkan kolesterol pada populasi lansia.

b. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan masyarakat mengenai kolestrol serta bahaya komplikasi yang yang ditimbulkan akibat penyakit kolestrol sehingga masyarakat lebih patuh dalam mengontrol kadar kolestrol terutama pada lansia.

c. Bagi Pembaca

Melalui penelitian ini, pembaca diharapkan memperoleh informasi yang lebih mendalam terkait manfaat rebusan daun salam dalam proses penurunan kolesterol.

E. Sistematika Penulisan

Bagan ini merupakan bagan yang menjelaskan sistem penyusunan skripsi. Secara umum sistematika penulisan skripsi sebagai berikut :

Tabel 1.1 Sistematika Penulisan Proposal Skripsi Penelitian

BAB	Konsep Pengambilan Data
BAB I	Pendahuluan , berisi tentang latar belakang, perumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat, sistematika penulisan dan penelitian terkait.
BAB II	Tinjauan Pustaka , tentang landasan dan <i>design</i> penelitian, teori yang digunakan dalam penelitian serta menggambarkan dalam kerangka teori penelitian.
BAB III	Metodologi Penelitian , berisi tentang konsep metodologi mulai dari jenis, <i>design</i> dan rancangan penelitian, populasi, sampel, definisi operasional, Instrumen penelitian, uji instrumen penelitian dan analisa data serta etika dalam penelitian.
BAB IV	Hasil , berisi tentang hasil penelitian termasuk hasil analisa data penelitian (hasil uji statistik),
BAB V	Pembahasan , pembahasan hasil dan keterbatasan penelitian.
BAB VI	Penutup , berisi tentang simpulan dan saran yang dapat peneliti berikan dari hasil penelitian.

F. Penelitian Terkait

Tabel 1.2 Penelitian Terkait

Nama Penulis, Tahun	Judul Penelitian	Jenis penelitian	Populasi	Hasil	Perbedaan penelitian
((Mardiana et al., 2023)	Asuhan keperawatan keluarga dengan tahap perkembangan usia lanjut usia keluarga bpk A dengan hiperkolesterolemia terhadap air rebusan daun salam untuk menurunkan kadar kolestrol di kampung bayur pintu 1000 tangerang	Metode studi kasus dengan teknik observasi yang dilaksanakan selama tiga kali pertemuan.	Populasi penelitian terdiri dari penderita kolesterol yang merupakan anggota keluarga Ibu Y.	Penelitian ini mengungkapkan bahwa penggunaan air rebusan daun salam memengaruhi penurunan kadar kolesterol pada lansia.	Terdapat perbedaan dalam ini dan penelitian sebelum yaitu desain penelitian, populasi serta tempat dan waktu penelitian. pulokulon
(Septianingrum, 2018)	Pengaruh pemberian air rebusan daun salam terhadap kadar kolesterol pada lansia hiperkolesterol di trimulyo sleman	Desain eksperimen semu (Quasi Experimental Design) dengan rancangan yang melibatkan kelompok kontrol yang tidak sepadan	Populasi dalam penelitian ini 20 responden	Penelitian ini menyimpulkan bahwa pemberian air rebusan daun salam dapat mengurangi kadar kolesterol pada lansia yang menderita hiperkolesterolemia.	Terdapat perbedaan dalam ini dan penelitian sebelum yaitu desain penelitian, populasi serta tempat dan waktu penelitian. pulokulon

(Non Equivalent Control Group).						
(Hilmi et al., 2018)	pengaruh pemberian rebusan daun salam terhadap penurunan kadar kolesterol pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas wonorejo samarinda	Desain pre-eksperimental dengan pendekatan pre-test dan post-test pada satu kelompok, tanpa kelompok kontrol.	Penelitian ini menggunakan sampel 10 individu dalam kelompok intervensi, tanpa adanya kelompok kontrol untuk perbandingan.	Hasil analisis data mengindikasikan pengaruh yang signifikan pada kadar kolesterol antara sebelum dan setelah pemberian rebusan air daun salam.	Terdapat perbedaan dalam ini dan penelitian sebelum yaitu desain penelitian, populasi serta tempat dan waktu penelitian. Pulokulon.	
(Iswadi, 2019)	Pengaruh daun salam terhadap kandungan kolesterol pada pengidap hiperkolestrol di kellurahan naga bulik kecamatan buluk kabupaten lamandau	Penelitian ini menggunakan desain pre eksperimen	Penelitian ini melibatkan 15 responden sebagai sampel.	Rata-rata kadar kolesterol tercatat turun dari 220,74 mg/dL pada tahap pre-intervensi menjadi 197,05 mg/dL setelah pemberian rebusan daun salam. Hasil analisis statistik Wilcoxon dengan nilai $P < 0,05$ menunjukkan bahwa perubahan tersebut signifikan untuk menurunkan kadar kolesterol pada individu yang mengalami kolesterol tinggi.	Perbedaan antara penelitian ini dan studi terdahulu terletak pada desain penelitian, karakteristik populasi, serta tempat dan periode pelaksanaan penelitian.	

