

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dislipidemia merupakan kelainan metabolisme lipid yang ditandai dengan peningkatan kadar kolesterol total, kolesterol LDL, trigliserida, serta penurunan kadar kolesterol HDL (Wahyuningsih, 2013). Kejadian dislipidemia diakibatkan dari perubahan gaya hidup dan pola makan yang tidak sehat, seperti jarang berolah raga, mengonsumsi makanan rendah serat, tinggi lemak dan tinggi karbohidrat (Rolfes, *et al.*, 2012). Proporsi nasional penduduk dengan perilaku konsumsi makanan berlemak, berkolesterol dan makanan gorengan ≥ 1 kali perhari pada penduduk umur ≥ 10 tahun sebesar 40,7%. Provinsi Jawa Timur berada di urutan keempat tertinggi di atas rerata nasional sebesar 49,5% (Kemenkes RI, 2013). Pola makan tersebut mengandung asam lemak jenuh dan asam lemak trans yang bersifat aterogenik (memicu penyempitan, penebalan, dan pengerasan dinding pembuluh darah) dan dapat meningkatkan risiko dislipidemia dengan merangsang *Very Large Density Lipoprotein* (VLDL) di hepar untuk menghasilkan peningkatan trigliserida, *Low Density Lipoprotein* (LDL), dan penurunan *High Density Lipoprotein* (HDL) (Rolfes, *et al.*, 2012).

Hasil laporan nasional biomedis pada penduduk ≥ 15 tahun, prevalensi trigliserida abnormal dengan kategori *borderline* tinggi sebesar 13% dan kategori tinggi-sangat tinggi sebesar 11,9%. Ketidaknormalan profil lipid atau dislipidemia akan meningkatkan risiko penyakit jantung. Berdasarkan diagnosis dokter, prevalensi penyakit jantung koroner di Indonesia tahun 2013 sebesar 0,5% atau diperkirakan sekitar 883.447 orang, sedangkan berdasarkan diagnosis dokter/gejala sebesar 1,5% atau diperkirakan sekitar 2.650.340 orang. Berdasarkan diagnosis/gejala, estimasi jumlah penderita penyakit jantung koroner terbanyak terdapat di Provinsi Jawa Timur sebanyak 375.127 orang (1,3%). Berdasarkan diagnosis dokter, estimasi jumlah penderita penyakit jantung koroner di Provinsi Jawa Timur sebanyak 144.279 orang (0,5%) (Kemenkes RI, 2013).

Kadar kolesterol tinggi yang terjadi dalam waktu cukup lama akan menimbulkan penumpukan plak pada pembuluh darah, bila hal tersebut terus terjadi akan menimbulkan penyempitan pembuluh darah sehingga aliran darah menuju jantung menjadi terbatas atau terhalang dan dapat menyebabkan serangan jantung (Daniels, 2014). Kadar trigliserida dalam darah yang tinggi sering disertai dengan peningkatan LDL dan penurunan HDL. Pengaruh hipertrigliseridemia terhadap risiko penyakit kardiovaskular terkait dengan pengaruh peningkatan LDL dan penurunan HDL. Nilai trigliserida puasa sering digunakan untuk memprediksi kejadian kardiovaskular (Erwinanto, dkk., 2013).

Pola makan tinggi serat terutama serat larut air dapat menurunkan kadar trigliserida dalam tubuh melalui mekanisme pengikatan lemak oleh serat dan diekskresikan melalui feses. Mekanisme tersebut mengakibatkan penyerapan lemak menuju aliran darah terhambat, sehingga kadar trigliserida menurun. Serat larut air tidak dapat dicerna oleh enzim pencernaan manusia, namun dapat difermentasi oleh mikroflora di usus besar sehingga menghasilkan asam lemak rantai pendek. Peningkatan produksi asam lemak rantai pendek akan menghambat pembentukan trigliserida dan asam lemak di hepar (Rolfes, *et al.*, 2012).

The Food and Drug Administration (FDA) mendefinisikan suatu produk makanan disebut tinggi serat bila dalam satu porsi penyajian mengandung 5 gram serat pangan (*National Fiber Council*, 2016). Pisang kepok merupakan salah satu buah yang memiliki serat tinggi, yaitu mengandung serat sebesar 5,7 gr/ 100 gr (Mahmud, dkk., 2008). Penelitian menunjukkan bahwa pemberian pisang kepok dengan dosis 4,5 gr/200 g berat badan tikus dapat menurunkan kadar serum trigliserida sebesar 20,8% sedangkan dosis 9 gr/200 g berat badan tikus dapat menurunkan kadar serum trigliserida sebesar 40,4%. Penurunan kadar trigliserida. Penyebab penurunan kadar trigliserida karena kandungan inulin sebesar 126,5 mg/100 gr buah pisang kepok kuning dan kandungan antioksidan (Rusdaina dan Syauqy, 2015). Berdasarkan penelitian tersebut, pisang kepok terbukti dapat membantu menurunkan kadar trigliserida.

Pisang kepok merupakan jenis pisang yang lebih lezat dikonsumsi bila diolah menjadi suatu makanan olahan pisang kepok dapat diolah menjadi

beberapa jenis kue. Salah satu jenis kue berbahan dasar pisang yaitu kue barongko. Kue barongko dipilih karena proses pembuatan yang mudah dan cepat. Barongko merupakan kue dari buah pisang matang yang dilumatkan dan dicampur dengan beberapa bahan seperti susu, telur ayam, gula dan garam, kemudian dikukus selama 30 menit. Barongko dapat dijadikan alternatif untuk membantu terapi penurunan kadar trigliserida karena mengandung tinggi serat dari buah pisang kepok. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efek konsumsi kue barongko pisang kepok terhadap kadar trigliserida pasien dislipidemia rawat jalan di Klinik Jember. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat mengenai efek konsumsi kue barongko pisang kepok kuning terhadap kadar trigliserida pada manusia.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah kue barongko pisang kepok kuning (*Musa paradisiaca L.*) dapat memberikan efek terhadap kadar trigliserida pada pasien dislipidemia di Klinik Rawat Jalan di Kabupaten Jember?

1.3. Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui efek konsumsi barongko pisang kepok kuning terhadap kadar trigliserida pada pasien dislipidemia rawat jalan di Klinik Jember.

1.3.2. Tujuan Khusus:

1. Mengetahui nilai gizi (energi, protein, lemak, karbohidrat, serat pangan) kue barongko pisang kepok kuning
2. Menganalisis perbedaan kadar trigliserida antara kelompok kontrol dan perlakuan sebelum pemberian kue barongko pisang kepok kuning
3. Menganalisis perbedaan kadar trigliserida antara kelompok kontrol dan perlakuan sesudah pemberian kue barongko pisang kepok kuning
4. Menganalisis perbedaan kadar trigliserida antara kelompok kontrol dan perlakuan sebelum dan sesudah pemberian kue barongko pisang kepok kuning

5. Mengamati efek pemberian kue barongko pisang kepok kuning terhadap kadar trigliserida darah pasien rawat jalan di Klinik Jember

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi Peneliti

Menambah wawasan mengenai ilmu gizi khususnya mengenai penurunan kadar trigliserida darah dengan mengkonsumsi pisang serta olahannya seperti barongko pisang kepok kuning.

1.4.2 Bagi Masyarakat

Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang efek konsumsi barongko pisang kepok kuning terhadap kadar trigliserida.

1.4.3 Bagi Institusi Klinik

Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk memperkaya jenis makanan selingan melalui terapi non farmakologi bagi penderita dislipidemia.