

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Merokok adalah kebiasaan yang berbahaya bagi kesehatan. Menurut laporan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), kebiasaan ini dapat memicu berbagai penyakit pada perokok aktif maupun pasif, seperti kanker paru-paru, penyakit jantung dan pembuluh darah, risiko penyakit tenggorokan, dan berbagai penyakit lainnya. Bahkan, merokok dapat menyebabkan kematian (Tuasamu, 2024).

Berdasarkan data dari Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan (INFODATIN) pada tahun 2015, Indonesia menempati peringkat pertama sebagai negara dengan jumlah perokok tertinggi di ASEAN, dengan persentase 46,16%. Persentase perokok di negara-negara ASEAN lainnya tersebar di Filipina 16,62%, Vietnam 14,11%, Myanmar 8,73%, Thailand 7,74%, Malaysia 2,90%, Kamboja 2,07%, Laos 1,23%, Singapura 0,39%, dan Brunei 0,04% (D.Sekeronej, 2020).

Merokok merupakan kebiasaan yang tidak baik bagi kesehatan perokok maupun individu lain yang tidak sengaja menghirup asapnya. Dalam satu batang terkandung sekitar 4000 senyawa kimia, dengan 200 di antaranya terbukti berbahaya bagi kesehatan tubuh manusia. Tiga komponen beracun utama yang terkandung dalam rokok adalah karbon monoksida, tar, dan nikotin. Karbon monoksida merupakan zat berbahaya yang menurunkan kapasitas pembuluh darah untuk

mengikat dan mengalirkan oksigen ke seluruh bagian tubuh. Tar mengakibatkan kerusakan pada sel-sel paru-paru serta berpotensi memicu pertumbuhan sel kanker. Sementara itu, nikotin sebagai komponen utama dalam tembakau memberikan pengaruh signifikan terhadap perubahan profil lipid dalam tubuh perokok (Pratiwi, 2024).

Zat nikotin yang terkandung dalam tembakau berpotensi menyebabkan ketergantungan serta beragam penyakit berbahaya seperti kanker, stroke, dan gangguan pada sistem pernapasan. Dikatakan juga bahwa kebiasaan merokok tidak hanya merugikan kesehatan perokok aktif, tetapi juga berdampak buruk bagi perokok pasif atau orang-orang di sekitar mereka. Meskipun para perokok menyadari akan bahaya yang mereka tanggung, sebagian besar dari mereka mengalami kesulitan untuk menghentikan kebiasaan tersebut (Aritonang, 2024).

Perubahan gaya hidup di era modern, yang ditandai dengan peningkatan kebiasaan merokok dan konsumsi makanan tinggi lemak jenuh, gula, dan karbohidrat olahan, telah berkontribusi secara signifikan terhadap beban penyakit tidak menular secara global (Organisasi Kesehatan Dunia, 2021). Dislipidemia, kondisi ketidakseimbangan lipid darah seperti kolesterol total tinggi dan kolesterol *High-Density Lipoprotein (HDL)* rendah, merupakan faktor risiko fisiologis utama yang mendorong perkembangan *aterosklerosis*, penyakit jantung koroner, dan stroke (Sari & Fadjri, 2021). Di Indonesia,

penyakit kardiovaskular tetap menjadi penyebab utama kematian, dengan gaya hidup tidak sehat sebagai pemicu utama. Fenomena ini tidak merata di seluruh masyarakat, dengan kelompok pekerjaan tertentu menghadapi risiko lebih tinggi akibat tuntutan spesifik pekerjaan mereka (Nasution et al., 2025).

Pengemudi ojek, baik online maupun konvensional, merupakan kelompok pekerja yang sangat rentan akibat karakteristik pekerjaan seperti jam kerja panjang dan tidak teratur, tekanan target, risiko kecelakaan, posisi duduk lama, serta akses terbatas terhadap makanan sehat, yang mendorong perilaku berisiko (Hardiman SG, 2025). Perilaku utama meliputi tingkat merokok tinggi untuk mengatasi stres atau kantuk, serta pola makan tidak seimbang yang bergantung pada makanan cepat saji, gorengan, dan minuman manis. Kombinasi ini berdampak buruk pada kadar lipid darah, di mana paparan jangka panjang asap rokok menyebabkan kerusakan pembuluh darah, stres oksidatif, dan penurunan kolesterol *HDL*, sementara pola makan tinggi lemak jenuh dan trans meningkatkan produksi kolesterol total dan *LDL* oleh hati. Pada pekerja ini, interaksi kedua faktor tersebut dapat mempercepat timbulnya *dislipidemia* (Nasution et al., 2025).

Urgensi penelitian ini didasarkan pada tiga alasan utama. Pertama, dari sudut pandang kesehatan masyarakat, pengemudi ojek merupakan tulang punggung transportasi informal dengan jumlah besar dan kontribusi signifikan terhadap ekonomi; masalah kesehatan yang

menurunkan produktivitas atau menyebabkan kecacatan akan memengaruhi kesejahteraan keluarga dan efisiensi sektor jasa (Hardiman SG, 2025). Kedua, intervensi kesehatan untuk pengemudi ojek pangkalan masih terbatas dan kurang spesifik, sehingga penelitian ini menyediakan dasar ilmiah untuk merancang program promosi kesehatan yang ditargetkan, seperti melalui kemitraan dengan perusahaan aplikasi atau koperasi pengemudi. Ketiga, secara metodologis, pendekatan ini lebih komprehensif dengan menekankan intensitas merokok (bukan sekadar status merokok) dan pola makan secara keseluruhan (bukan hanya asupan nutrisi tunggal), sehingga lebih relevan untuk memahami perilaku kesehatan kelompok ini.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Erawati et al., 2023) didapatkan 38,9% pengendara ojek memiliki kebiasaan merokok dalam kategori sedang yang mana mereka dapat mengonsumsi rokok sebanyak 10-20 batang per hari dengan jenis rokok kretek yang mayoritas dikonsumsi. Menurut (Virlando Suryadinata et al., 2021) Pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar jumlah asupan karbohidrat, protein dan lemak pada pengemudi ojek telah mencapai kecukupan kebutuhan harian. Sebagian besar pengemudi ojek mengonsumsi berbagai jenis camilan seperti keripik, *snack*, permen dan gorengan dapat menjadi salah satu alternatif makanan pilihan, sehingga mereka merasa tidak perlu menambah asupan makanan lagi. Selain itu, kebiasaan merokok juga akan memberikan pengaruh pada

asupan yang dikonsumsi setiap harinya.

Tinjauan terhadap penelitian terdahulu menunjukkan adanya kesenjangan (gap) pengetahuan yang akan diisi oleh penelitian ini. Banyak peneliti membahas mengenai kebiasaan merokok pada pengemudi ojek online serta asupan karbohidrat, protein dan lemak pada pengemudi ojek online. Namun, penelitian yang secara khusus menginvestigasi hubungan simultan antara intensitas merokok dan pola makan terhadap kadar kolesterol total dan *HDL* pada sub-populasi pengemudi ojek pangkalan di kampung tomia belum ditemukan. Studi-studi yang ada cenderung memisahkan kedua variabel tersebut atau tidak melakukan pengukuran biokimia secara langsung.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan intensitas merokok dan pola makan dengan kadar kolesterol total dan HDL pada pengemudi ojek Pangkalan Kampung Tomia.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apakah terdapat hubungan antara intensitas merokok dan pola makan dengan kadar kolesterol total dan HDL pada pengemudi ojek pangkalan Kampung Tomia?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan antara intensitas merokok dan pola makan dengan kadar Kolesterol Total dan kadar HDL pada pengemudi ojek pangkalan Kampung Tomia.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan gambaran tingkat intensitas merokok dan pola makan pengemudi ojek pangkalan Kampung Tomia.
- b. Mendeskripsikan gambaran kadar Kolesterol Total dan HDL serum pengemudi ojek pangkalan Kampung Tomia.
- c. Menganalisis hubungan intensitas merokok dengan kadar Kolesterol Total serum pengemudi ojek pangkalan Kampung Tomia.
- d. Menganalisis hubungan intensitas merokok dengan kadar HDL serum pengemudi ojek pangkalan Kampung Tomia.
- e. Menganalisis hubungan pola makan dengan kadar Kolesterol Total serum pengemudi ojek pangkalan Kampung Tomia.
- f. Menganalisis hubungan pola makan dengan kadar HDL serum pengemudi ojek pangkalan Kampung Tomia.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

- a. Agar menambah pengetahuan dan pemahaman mengenai hubungan intensitas merokok dan pola makan dengan kadar

kolesterol total dan HDL pada pengemudi ojek. dan sebagai bahan bacaan tambahan untuk memperluas wawasan ilmu pengetahuan.

b. Memperdalam ilmu tentang kimia klinik

2. Manfaat praktis

a. Bagi Peneliti

Dapat dijadikan pengalaman berharga dan menambah pengetahuan bagi penulis dalam mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang telah diperoleh selama mengikuti perkuliahan.

b. Bagi Akademik

Sebagai bahan referensi tambahan bagi mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku khususnya Program Studi Teknologi Laboratorium Medis dalam bidang kimia klinik

c. Bagi Masyarakat

1. Memberikan informasi dan masukan bagi masyarakat akan pengaruh rokok bagi kadar kolesterol dan HDL
2. Memberikan informasi dan masukan bagi masyarakat akan pengaruh pola makan bagi kadar kolesterol dan HDL
3. Hasil penelitian dapat menjadi dasar promosi kesehatan bagi komunitas ojek