

PENGETAHUAN IBU RUMAH TANGGA TENTANG KOLESTEROL DAN PENGGUNAAN MINYAK JELANTAH (*WASTE COOKING OIL*) DI DESA NEGLASARI KECAMATAN BOJONG PICUNG CIANJUR

Nadirawati¹, Nia Naelah Muthmainnah²
^{1,2} STIKES Ahmad Yani Cimahi

ABSTRACT

Cholesterol has been known as a main cause of atherosclerosis disease, of which calcification and ossification process occurrence in vein wall. These processes, therefore, affect vein channel especially coronary blood vessel narrowing and cover the blood stream in it. This situation is increasing risk of coroner heart disease. Negla Sari village experiences an increase in incidence relating to high-cholesterol of $\pm 5.6\%$ such as atherosclerosis, heart disease, and stroke. The increase level is higher than other village, moreover, the residents often use wasted cooking oil is doubted if their habitual of using wasted cooking oil affect the increase of high-cholesterol. Objective of this study is to find out knowledge of housewives about cholesterol and utilization of wasted cooking oil in Negla Sari of Bojong Picung district - Cianjur. The study applies descriptive research method in the course of co-relational descriptive. From 1536 of total population, there are 94 respondents of housewives in Negla Sari of Bojong Picung district – Cianjur that are taken as sample through random sampling technique. Data collection is done by disseminating questionnaires and the data is then analyzed in two steps of univariate and bivariate. Base research result is known mother knowledge hits cholesterol of a large part of (52.1%) is on category less, temporary at variable the usage of waste cooking oil a large part of is on category use waste cooking oil (62.8 %). Result of relation bivariate test between knowledge and the usage of waste cooking oil is obtained p-value 0.027 that mean existed relation between mother knowledge hit cholesterol and the usage of waste cooking oil. Suggested to public health centre can improve health role at family especially housewife, and to society specially housewife more proactive to follow in activity of health construction, that given to exploit information source maybe, that have the character of direct or indirect either that that have the shape of media print or electronic to add mother knowledge specially hits cholesterol with the usage of waste cooking oil.

Keyword : Knowledge, Cholesterol, waste cooking oil

PENDAHULUAN

Kolesterol telah diketahui sebagai penyebab penyakit utama terjadinya aterosklerosis, yaitu proses pengapuran dan pengerasan dinding pembuluh darah. Akibat proses tersebut diatas saluran pembuluh darah, khususnya pembuluh darah koroner, menjadi sempit dan

menghalangi aliran darah di dalamnya. Keadaan ini akan meningkatkan resiko terkena penyakit jantung koroner (PJK) (Dalimartha S, 2008). Penyakit jantung koroner (PJK) merupakan sosok penyakit yang sangat menakutkan dan masih

menjadi masalah, baik di negara maju maupun berkembang.

Setiap tahunnya, di Amerika Serikat 478.000 orang meninggal karena penyakit jantung koroner, 1,5 juta orang mengalami serangan jantung, 407.000 orang mengalami operasi peralihan, 300.000 orang menjalani angioplasti. Di Eropa diperhitungkan 20.000 - 40.000 orang dari 1 juta penduduk menderita PJK. Organisasi Federasi Jantung Sedunia atau WHF (World Heart Federation) memprediksi penyakit jantung akan menjadi penyebab utama kematian di negara-negara Asia pada tahun 2010. Saat ini, sedikitnya 78% kematian global akibat penyakit jantung.

Di negara berkembang dari tahun 1990 sampai 2020, angka kematian akibat penyakit jantung koroner akan meningkat 137 % pada laki-laki dan 120% pada wanita. Tahun 2020 diperkirakan penyakit kardiovaskuler menjadi penyebab kematian 25 orang setiap tahunnya. Oleh karena itu, penyakit jantung koroner menjadi penyebab kematian dan kecacatan nomor satu di dunia tidak lain itu disebabkan karena kolesterol.

Tingginya angka kematian di Indonesia akibat penyakit jantung koroner (PJK) mencapai 26%. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Rumah Tangga Nasional (SKRTN), dalam 10 tahun terakhir angka tersebut cenderung mengalami peningkatan. Pada tahun 1991, angka kematian akibat PJK adalah 16 %. kemudian di tahun 2001 angka tersebut melonjak menjadi 26,4 %. Angka kematian akibat PJK diperkirakan mencapai 53,5 per 100.000 penduduk di negara kita. Wilayah provinsi Jawa barat termasuk ke dalam posisi yang tinggi pada kasus penderita jantung yaitu, jumlahnya sekitar 7000

orang pertahun. Cianjur adalah salah kabupaten di wilayah Provinsi Jawa Barat berpenduduk 1.931.840 jiwa. Kasus penyakit jantung yang diakibatkan oleh kolesterol pada tahun 2009 mengalami peningkatan \pm 25%. Di Desa Negla Sari mengalami peningkatan kejadian yang berhubungan dengan koelsterol tinggi \pm 5,6%, peningkatan angka kejadian di wilayah tersebut lebih tinggi dari pada desa yang lain.

Dalam kehidupan kita sehari-hari makanan yang mengandung kolesterol yaitu seperti minyak goreng. Proses pemakaian yang berulang kali dapat merubah kandungan dalam minyak, asam lemak jenuh yang terdapat di dalamnya akan hilang dan yang tersisa hanya lemak jenuh saja. Jika minyak digunakan berulang kali minyak dengan kandungan asam lemak jenuh yang tinggi dapat menyebabkan terbentuknya kolesterol. Misalnya menggunakan minyak jelantah/minyak yang digunakan lebih dari 2 kali (Lipoeto, 2004).

Penggunaan minyak jelantah juga sangat berbahaya bagi kesehatan, karena proses tersebut dapat membentuk radikal bebas dan senyawa toksik yang bersifat racun. Pada minyak goreng merah, seperti minyak kelapa sawit, kandungan karoten pada minyak tersebut menurun setelah penggorengan pertama. Pengetahuan masyarakat mengenai kolesterol dengan penggunaan minyak jelantah masih kurang, data ini didapatkan melalui observasi langsung ke masyarakat. Penggunaan minyak jelantah masih sering dilakukan, banyak ibu rumah tangga menggunakannya berkali-kali.

Menurut Sumadi yang dikutip oleh Depkes RI (1996) menyatakan, bahwa sebagian besar penyebab kegagalan

dalam pencegahan penyakit lebih banyak disebabkan oleh faktor ketidaktahuan mengenai penyakit tersebut. Menurut Lawrwnce Green yang dikutip oleh Notoatmodjo (1993) menyatakan, bahwa perilaku seseorang terbentuk dari tiga faktor yaitu, predisposing faktor (faktor pendukung), dan reinforcing faktor (faktor pendorong).

Pengetahuan merupakan komponen predisposing yang penting, walaupun peningkatan pengetahuan tidak selalu menyebabkan terjadinya perubahan perilaku. Pengetahuan ibu mengenai kolesterol dengan penggunaan minyak jelantah akan mempengaruhi kejadian penyakit, begitu pula dengan kolesterol pengetahuan tentang suatu penyakit atau masalah kesehatan dapat mempengaruhi motivasi dalam melaksanakan tindakan dalam pencegahan (Efendi, 2001). Meskipun pengetahuan bukan merupakan satu-satunya faktor yang berpengaruh terhadap kejadian kolesterol namun pengetahuan merupakan domain yang tetap, sangat penting untuk tindakan seseorang.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui wawancara kepada 10 orang ibu rumah tangga di Desa Negla Sari Kecamatan Bojong Picung Kabupaten Cianjur, 2 orang diantaranya tidak menggunakan minyak jelantah dan 8 orang diantaranya sering menggunakan minyak jelantah dan dari 10 orang ibu rumah tangga yang telah diwawancara, terdapat 6 orang yang memiliki kolesterol yang tinggi dibuktikan dengan hasil data laboratorium

yakni nilai kolesterol yang berasal dari makanan (Trigliserida) rata-rata kadarnya di atas 200 mg/dl diragukan kadar kolesterol naik karena penggunaan minyak jelantah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu rumah tangga mengenai kolesterol dengan penggunaan minyak jelantah di Desa Negla Sari Kecamatan Bojong Picung Kabupaten Cianjur.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang secara analitik dengan pendekatan model korelasional, yaitu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu rumah tangga mengenai kolesterol dengan penggunaan minyak jelantah. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian ibu rumah tangga di Desa Negla Sari Kecamatan Bojong Picung Kabupaten Cianjur. metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*. Instrumen penelitian yang dipakai untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu tentang kolesterol menggunakan kuesioner. Data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan uji statistik uji *chi square*.

HASIL DAN BAHASAN

Penelitian mengenai pengetahuan ibu rumah tangga mengenai kolesterol dengan penggunaan minyak jelantah (waste cooking oil) di Desa Negla Sari Kecamatan Bojong Picung Kabupaten Cianjur pada Tahun 2009.

1. Karakteristik Responden

a. Pengetahuan

Dari 94 orang responden sebagian kecil memiliki pengetahuan Baik (9.6%). Sementara hampir dari setengahnya dari responden memiliki pengetahuan cukup (38.2%), dan sebagian kecil dari responden memiliki pengetahuan kurang (52.1%) (Tabel 1).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Tingkat Pengetahuan Tahun 2009

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	9	9.6
Cukup	36	38.2
Kurang	49	52.1
Jumlah	94	100

b. Penggunaan Minyak Jelantah

Sebagian besar responden menggunakan minyak sjelantah (62.8%) dan kurang dari setengahnya dari responden tidak menggunakan minyak jelantah (37.2%) (Tabel 2).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Penggunaan Minyak Jelantah Tahun 2009

Penggunaan Minyak Jelantah	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Menggunakan	35	37.2
Menggunakan	59	62.8
Jumlah	94	100

2. Hubungan antara Pengetahuan dengan Penggunaan Minyak Jelantah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 9 orang responden yang memiliki pengetahuan baik, sebagian besar dari responden (55.6%) tidak menggunakan minyak jelantah. Sedangkan dari 36 orang responden yang memiliki pengetahuan cukup, setengah dari responden (50%) menggunakan minyak jelantah. Sementara dari 49 responden yang memiliki pengetahuan kurang sebagian besar dari responden (55.6%) menggunakan minyak jelantah. Hasil analisa dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dan penggunaan minyak jelantah dengan nilai (p value : 0.027 < α : 0.05%) (Tabel 3).

Berdasarkan hasil penelitian menurut pengetahuan, diketahui bahwa sebagian kecil dari responden (9.6%) pengetahuan baik, hampir setengahnya dari responden (38.3%) pengetahuan cukup, sedangkan sebagian besar dari responden (52.1%) pengetahuan kurang. Pengetahuan Ibu mengenai kolesterol di Desa Negla sari menunjukkan lebih banyak ibu yang mempunyai pengetahuan kurang di dukung dengan data-data yang di dapatkan dari Desa setempat sebagian besar (68%) ibu rumah tangga di wilayah tersebut berpendidikan rendah. Kurangnya pengetahuan masyarakat khususnya ibu rumah tangga dalam

kaitannya dengan kolesterol dapat disebabkan oleh beberapa faktor; sebagaimana telah dikemukakan salah satu di antaranya adalah dilatarbelakangi oleh pendidikan yang rendah. Selain itu

kurangnya proaktif masyarakat dalam kegiatan penyuluhan yang diberikan dari puskesmas dapat menyebabkan pengetahuan masyarakat.

Tabel 3. Tabulasi Silang Penggunaan Minyak Jelantah Menurut Pengetahuan di Desa Negla Sari Kecamatan Bojong Picung Kabupaten Cianjur Tahun 2009

Pengetahuan	Penggunaan Minyak		Total	P value
	Tidak menggunakan	Menggunakan		
Baik	5(55.6%)	4(26.0%)	9 (100%)	0,027
Cukup	18 (50.0%)	18 (50.0%)	36 (100%)	
Kurang	12(24.5%)	37(55.6)	49 (100%)	
Total	59 (62.8%)	35 (37.2%)	94(100%)	

Didukung teori (Notoatmodjo, 2007), Pendidikan dapat menambah wawasan atau pengetahuan seseorang yang berpendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengaruh pengetahuan luas dibandingkan pendidikan rendah. Menurut (Gani, 1981), peningkatan pendidikan yang semakin tinggi akan meningkatkan pengetahuan seseorang, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin banyak pengetahuan atau wawasan yang didapatkan. Berdasarkan hasil penelitian penggunaan minyak jelantah diketahui hampir setengahnya dari responden tidak menggunakan minyak jelantah (37.2%), dan sebagian besar dari responden menggunakan minyak jelantah (62.8%). Penggunaan minyak jelantah Di Desa Negla Sari sangat tinggi. Menurut (Jayadi, 2009), dalam penelitiannya Penggunaan minyak jelantah dapat dipengaruhi beberapa faktor yang pertama karena kebiasaan, asumsi masyarakat mengatakan bahwa menggunakan minyak jelantah dapat menambah cita rasa pada

masakan yang kedua dapat disebabkan karena faktor ekonomi.

Mengingat adanya kenaikan minyak sawit dunia dari 740 dolar per ton naik menjadi 870 dolar per ton. Dampak dari kenaikan menyebabkan minyak goreng menjadi barang mewah, banyak ibu rumah tangga menggunakannya berkali-kali, memang terkadang ibu rumah tangga lebih memilih menggunakan minyak jelantah dibandingkan dengan menggunakan minyak yang baru, disamping ekonomi yang melemah, tanpa tahu dampaknya. Bahwa, penggunaan minyak jelantah bisa menyebabkan perubahan kadar kolesterol (Jayadi, 2009, <http://jurnal Bogor.com>). Umumnya minyak goreng digunakan untuk menggoreng dengan suhu minyak mencapai 200-300°C. Pada suhu ini dan penggunaan berkali-kali, ikatan rangkap pada asam lemak tidak jenuh rusak, sehingga tinggal asam lemak jenuh saja. Risiko terhadap meningkatnya kolesterol darah tentu menjadi semakin tinggi. Selain itu, vitamin yang larut di dalamnya, seperti vitamin A, D, E, dan K ikut rusak (Dwi,

<http://DWIminyak-jelantah/M-1>. dtanggal 20 April 2009).

Penggunaan minyak jelantah juga akan menyebabkan penumpukan lemak, dimana minyak ini termasuk dalam lemak jenuh. Lemak jenuh adalah lemak yang dalam struktur kimianya mengandung asam lemak jenuh, Asam lemak jenuh yang ada pada minyak goreng umumnya terdiri dari asam miristat, asam palmitat, asam laurat dan asam kaprat. Jika dikonsumsi dalam jumlah berlebih, dapat meningkatkan kadar kolesterol, karena Lemak jenuh tersebut akan mengalami hidrolisis selama proses pencernaan yaitu dirubah menjadi molekul seperti endapan/plak yang ditimbun di sel dan jaringan lemak.

Lemak ini menyebabkan pengendapan pada dinding pembuluh darah. Dan pada akhirnya akan terjadi penyempitan pembuluh darah karena penimbunan lemak pada dinding pembuluh darah. Kadar lemak dalam darah abnormal ditandai dengan kadar kolesterol total, kolesterol LDL, trigliserida, Apo B dan Lp(a) dalam darah yang tinggi serta kadar kolesterol HDL dalam darah yang rendah, merupakan pangkal mula terjadinya *aterosklerosis*. Plak *aterosklerosis* yang banyak mengandung lemak, bersifat rapuh. Plak dapat rontok bila aliran darah mengalir deras karena tekanan darah yang tinggi atau bila pembuluh darah mengerut karena stress. Rontokan plak akan terbawa aliran darah dan bila sampai pada pembuluh darah yang kecil misalnya otak, dapat menyebabkan penyumbatan yang akhirnya menyebabkan stroke (<http://id.inaheart.or.id>, diperoleh tanggal 2 april 2009).

Berdasarkan hasil penelitian Dari hasil uji statistik sebagian besar dari

responden (55.6%) tidak menggunakan minyak jelantah. Sedangkan dari 36 orang responden yang memiliki pengetahuan cukup, setengah dari responden (50%) menggunakan minyak jelantah. Sementara dari 49 responden yang memiliki pengetahuan kurang sebagian besar dari responden (55.6%) menggunakan minyak jelantah. dapat disimpulkan bahwa, terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan penggunaan minyak jelantah (p value : $0.027 < \alpha : 0.05$). Peneliti berpendapat tingkat pengetahuan seseorang akan berpengaruh terhadap tindakan ibu dalam penggunaan minyak jelantah.

Pengetahuan merupakan salah satu komponen faktor pendukung yang penting. Walaupun peningkatan pengetahuan tidak selalu menyebabkan perubahan perilaku tetapi mempunyai hubungan yang positif, dimana dengan peningkatan pengetahuan maka akan terjadi perubahan perilaku lebih cepat. Pengetahuan tentang kolesterol dapat berdampak pada seseorang untuk berupaya dalam mencegah terjadinya suatu penyakit, karena pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang.

Hasil penelitian tersebut di dukung oleh teori (Notoatmodjo, 2007), bahwa adanya responden yang memiliki pengetahuan dalam kategori kurang, dikarenakan ada beberapa hal yang mempengaruhi, salah satunya adalah sumber informasi yang sangat mempengaruhi pada pengetahuan. Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya: yang pertama pengalaman, dapat diperoleh dari pengalaman sendiri maupun orang lain. Pengalaman yang sudah diperoleh dapat

diperoleh memperluas pengetahuan seseorang, yang kedua tingkat pendidikan, dapat menambah wawasan atau pengetahuan seseorang yang berpendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengaruh pengetahuan luas dibandingkan pendidikan rendah, yang ketiga keyakinan, biasanya keyakinan diperoleh secara turun temurun dan tanpa adanya pembuktian terlebih dahulu dan yang terakhir fasilitas, dimana fasilitas ini sebagai sumber informasi yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang misalnya televisi, radio, koran, majalah, dan buku. Berbagai media tersebut banyak sekali informasi penting yang bisa menambah pengetahuan seseorang.

Menurut (Notoatmodjo, 2007), jika peran media cetak dan elektronik bisa dimanfaatkan seoptimal mungkin, masyarakat tidak pernah kekurangan sumber informasi yang diperlukan untuk menambah wawasan dan pengetahuan. Notoatmodjo (2007) menambahkan bahwa perilaku kesehatan pada dasarnya adalah salah satu respon terhadap stimulus yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, baik yang disarankan sendiri atau orang lain. Respon tersebut dapat bersifat pasif (pengetahuan), yaitu bagaimana orang tersebut dapat mengetahui suatu penyakit. Dan respon yang bersifat aktif yaitu tindakan yang bersifat nyata.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut : 1)Sebagian besar responden mempunyai pengetahuan kurang (52.1%); 2)Sebagian besar dari responden menggunakan minyak jelantah (62.8%); 3)Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu rumah tangga

mengenai kolesterol dengan penggunaan minyak jelantah di Desa Negla Sari dengan p value (0.027) < α (0.05). Perawat perkesmas diharapkan dapat meningkatkan peran kesehatan pada keluarga terutama ibu rumah tangga tentang pengetahuan kolesterol dengan penggunaan minyak jelantah. Diharapkan kepada masyarakat khususnya ibu rumah tangga lebih proaktif untuk ikut dalam kegiatan pembinaan kesehatan, yang diberikan dari puskesmas dan diharapkan untuk dapat memanfaatkan sumber informasi seoptimal mungkin, baik itu yang berupa media cetak atau elektronik untuk menambah pengetahuan ibu khususnya mengenai kolesterol dengan penggunaan minyak jelantah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, N. 2004. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Arora, A. 2007. *5 Langkah Memahami Kolesterol*. Jakarta : BIP
- Athur, C.1990. *Fisiologi Manusia dan Mekanisme Penyakit*. Jakarta: EGC.
- Azwar, Saifuddin. 1993. *Reliabilitas dan Validitas Edisi ke 3* Yodyakarta: Pustaka Belajar.
- Brunner dan Suddart. 2001. *Textbook Of Medical Surgical Nursing 8 th Edition*. Jakarta: EGC.
- Dalimartha, S., 2008. *36 Resep Tumbuhan Obat Untuk Menurunkan Kolesterol Edisi Revisi*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Dwi. <http://DWIminyak-jelantah/M-1>. dtanggal 20 April 2009.
- Gulford, J,P. 1978. *Psychometric Methods*. Tta Mc Graw Hill Publishing Company Limited.

- Guyton dan Hall. 1997. *Fisiologi Kedokteran*. Jakarta: EGC
- Khomsan, Ali. Prof.Dr. Ir. 2006. *Terapi Jus Untuk Kolesterol*. Jakarta: Puspaswara.
- Liputan SCTV. 2009 <http://liputanSCTV.com, indonesia under biofuel fever, food, fuel, machine, human being different. Com>
- Mansjoer, Arif dkk. 2000. *Kapita Selekta Kedokteran*. Jakarta: Media Aeusculapius
- Mira, Larasati. <http://kesehatan-Tak sekedar kolesterol baik. Com>
- Nazir, M. (2003). *Metode Penelitian*. Jakarta : Ghalia
- Notoatmodjo, S. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Isselbacher dkk. 1995. *Prinsip-Prinsip Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta: EGC
- Price, Sylvia, A. dan Wilson, L, M. 2005. *Patofisiologi*. Jakarta : EGC.
- Poedjadi, A. 1999. *Dasar-Dasar Biokimia*. Jakarta: UI-Press.
- Renata, Dwiani. 2006. Kolesterol. <http://jurnal index- A Study To The Coronary Heart Disease.com>
- Riyanto, A. 2009. *Pengolahan dan Analisis Data Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Tjay, H., R. Kirana, 2002. *Obat-Obat Penting Khasiat, Penggunaan dan Efek-Efek Sampingnya*, Edisi 5, Jakarta : PT. Gramedia.
- Winarno. 2008. Minyak jelantah, <http://mentorhealthcare.com>