

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor risiko yang memengaruhi kadar kolesterol total pada pegawai PT PLN (Persero) UP3 Ternate. Peningkatan kasus hiperkolesterolemia berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan tahunan (2022–2024) dapat berdampak pada kesehatan kardiovaskular dan produktivitas kerja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain potong lintang (cross-sectional), dengan data yang diperoleh dari hasil pemeriksaan kesehatan dan kuesioner aktivitas fisik. Variabel independen meliputi umur, tekanan darah, kebiasaan merokok, dislipidemia, obesitas, rutinitas olahraga, dan jenis kelamin, sedangkan variabel dependen adalah kolesterol total. Hasil analisis bivariat menunjukkan hubungan signifikan antara kolesterol total dengan tekanan darah tinggi (PR = 9,27; $p < 0,05$), obesitas (PR = 4,03; $p < 0,05$), dislipidemia (PR = 15,56; $p < 0,001$), dan rutinitas olahraga (PR = 1,85; $p < 0,05$). Analisis multivariat menunjukkan dislipidemia sebagai faktor dominan. Upaya pengendalian profil lipid, olahraga teratur, dan pencegahan obesitas penting untuk menjaga kadar kolesterol normal serta mendukung program promosi kesehatan kerja.

Kata kunci: Kolesterol total, dislipidemia, hipertensi, obesitas, olahraga

ABSTRACT

This study aimed to analyze risk factors affecting total cholesterol levels among employees of PT PLN (Persero) UP3 Ternate. The increasing cases of hypercholesterolemia based on annual medical check-ups (2022–2024) may impact cardiovascular health and work productivity. This quantitative study employed a cross-sectional design using data from medical records and physical activity questionnaires. Independent variables included age, blood pressure, smoking habits, dyslipidemia, obesity, exercise routine, and gender, while total cholesterol was the dependent variable. Bivariate analysis showed significant associations between total cholesterol levels and high blood pressure (PR = 9.27; $p < 0.05$), obesity (PR = 4.03; $p < 0.05$), dyslipidemia (PR = 15.56; $p < 0.001$), and irregular exercise (PR = 1.85; $p < 0.05$). Multivariate analysis identified dyslipidemia as the most dominant factor. These findings suggest that controlling lipid profiles, maintaining regular exercise, and preventing obesity are essential strategies to maintain healthy cholesterol levels and support workplace health promotion programs.

Keywords: Total cholesterol; Dyslipidemia; Hypertension; Obesity; Physical activity