

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN LANSIA DALAM UPAYA PENGONTROLAN KADAR KOLESTEROL DI PUSKESMAS WARKUK RANAU SELATAN KABUPATEN OKU SELATAN TAHUN 2022

Apria Wilinda Sumantri

Dosen STIKes Al-Ma'arif, Program Studi D III Keperawatan
Email : apria.wilinda@yahoo.co.id

ABSTRACT

Cholesterol is a fatty, crystalline substance found in the brain, nerves, liver, blood, bile, and plasma membranes. Cholesterol is not easily soluble and can crystallize in the gallbladder and along the artery walls (Shanty, 2011). Adherence to dietary cholesterol plays an important role in reducing cholesterol levels. In general, the aim of the research is to know the relationship of elderly knowledge and compliance in cholesterol levels control effort in the working area Warkuk Ranau Selatan district OKU Selatan in 2021. This study includes research that uses quantitative correlation methods with a Cross Sectional approach and the number of samples is 50 people. The variables studied were presented in the form of a frequency distribution table and were tested with univariate and bivariate analysis, namely by using a demographic data questionnaire instrument, a knowledge level questionnaire and an elderly compliance questionnaire and measuring cholesterol levels. The results of the study concluded that of the 50 elderly respondents who had normal cholesterol levels with a good level of knowledge 29 (93.5%) elderly and the elderly who had normal cholesterol levels with poor knowledge levels 2 (6.5%) elderly while the elderly who have high cholesterol levels with good knowledge level 4 (21.51%) elderly and elderly who have high cholesterol levels with poor knowledge level 15 (78.9%) elderly. The results of the chi square test get a p Value of 0.000, meaning that there is a significant relationship between the increase in cholesterol levels and the level of knowledge in the working area Warkuk Ranau Selatan district OKU Selatan in 2021. The conclusion of this study is that there is a relationship between knowledge and compliance of the elderly in an effort to control cholesterol levels in the elderly in the working area Warkuk Ranau Selatan district OKU Selatan in 2022.

Keyword : Knowledge, Compliance, Cholesterol Levels.

ABSTRAK

Kolesterol adalah substansi kristal bersifat lemak yang ditemukan dalam otak, saraf, hati, darah, empedu, dan membran plasma. Kolesterol tidak mudah larut dan dapat kristalisasi di dalam kantung empedu serta disepanjang dinding arteri. (Shanty, 2011). Kepatuhan diet kolesterol sangat berperan penting dalam penurunan kadar kolesterol. Secara umum tujuan penelitian adalah diketahuinya hubungan pengetahuan dan kepatuhan lansia dalam upaya pengontrolan kadar kolesterol di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan tahun 2021. Penelitian ini termasuk penelitian yang menggunakan metode kuantitatif korelasi dengan pendekatan Cross Sectional dan jumlah sampel 50 orang. Variabel – variabel yang diteliti disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan di uji dengan analisis univariat dan bivariat, yaitu dengan menggunakan instrumen kuesioner data demografi, kuisisioner tingkat pengetahuan dan kuisisioner kepatuhan lansia dan pengukuran kadar Kolesterol. Hasil penelitian di simpulkan bahwa dari 50 responden lansia yang memiliki kadar kolesterol normal dengan tingkat pengetahuan baik 29 (93,5%) lansia dan lansia yang memiliki kadar kolesterol normal dengan tingkat pengetahuan kurang baik 2 (6,5%) lansia sedangkan

lansia yang memiliki kadar kolestrol tinggi dengan tingkat pengetahuan baik 4 (21,51%) lansia dan lansia yang memiliki kadar kolestrol tinggi dengan tingkat pengetahuan kurang baik 15 (78,9%) lansia. Hasil uji chi square di dapatkan p Value 0,000 artinya terdapat hubungan yang bermakna antara kenaikan kadar kolestrol dengan tingkat pengetahuan di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan Tahun 2021. Kesimpulan pada penelitian ini adalah terdapat hubungan pengetahuan dan kepatuhan lansia dalam upaya pengontrolan kadar kolesterol di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan tahun 2022.

Kata Kunci : Pengetahuan, Kepatuhan, Kadar Kolesterol.

PENDAHULUAN

Usia lanjut merupakan proses alami yang tidak dapat dihindarkan. Tahap dewasa merupakan tahap tubuh mencapai titik maksimal, setelah itu tubuh akan mulai menyusut dikarenakan berkurangnya jumlah sel-sel yang ada dalam tubuh. Sebagai akibatnya tubuh akan mengalami penurunan fungsi secara perlahan dan penurunan fungsi tersebut yang sering dikatakan proses penuaan (Maryam dkk, 2008) dalam (Dewi et al., 2016).

Proses penuaan pada lansia menimbulkan berbagai penyakit yang disebabkan karena organ-organ tubuh yang mengalami proses penuaan yang mengalami penurunan fungsi sehingga menjadi rentan terhadap timbulnya penyakit yang bersifat multi organ (Pudjiastuti & Utomo, 2002) dalam (Dewi et al., 2016)

Data *World Population Prospect the 2015 Revision*, pada tahun 2015 ada 901.000.000 orang berusia 60 tahun atau lebih, yang terdiri atas 12 persen dari jumlah populasi global. Pada tahun 2015 dan 2030, jumlah orang berusia 30 tahun atau lebih, yang diproyeksikan akan tumbuh sekitar 56 persen dari 901 juta menjadi 1,4 milyar dan pada tahun 2050 populasi lansia diproyeksikan lebih dari 2 kali lipat ditahun 2015, yaitu mencapai 2,1 milyar (Lestari, Handini, & Sinaga, 2018)

Prevalensi Dislipidemia menurut penelitian *monitoring trends and determinants of cardiovascular disease (MONICA)* yang menggunakan populasi usia 35-64 Tahun dari negara-negara Eropa, Australia, Selandia baru dan Kanada ditemukan sebanyak 25 % pada pria dan 23% pada wanita dengan rasio kolesterol total/HDL > 6 pada laki-laki dan > 5 pada wanita (Lestari et al., 2018).

Data di Indonesia yang diambil dari Riset Kesehatan Dasar Nasional (RISKESDAS) tahun 2020 menunjukkan ada 35,9 % dari penduduk Indonesia yang berusia ≥ 15 tahun dengan kadar kolesterol abnormal (berdasarkan NCEP ATP III, dengan kadar kolesterol ≥ 200 mg/dl) dimana perempuan lebih banyak dari laki-laki dan perkotaan lebih banyak daripada pedesaan. Data RISKESDAS mempunyai proporsi LDL yang sangat tinggi (≥ 500 mg/dl) (Anwar TB, 2004) dalam (Lestari et al., 2018).

Data Dinas Kesehatan Ogan Komering Ulu Selatan, pada tahun 2018 jumlah kadar kolestrol tinggi sebanyak 743 orang. Berdasarkan data pada Tahun 2019 jumlah penderita kadar kolestrol tinggi sebanyak 870 orang. Berdasarkan data tahun 2020 jumlah pasien yang memeriksakan kadar kolestrol tinggi sebanyak 922 orang (Dinkes OKU Selatan, 2018).

Di wilayah kerja UPTD Puskesmas di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten Oku Selatan Lansia yang mengalami kadar kolestrol tinggi tahun 2018 sebesar 116 (25,35%) (Puskesmas Warkuk Ranau Selatan, 2018). Tahun 2019 lansia yang menderita kadar kolestrol tinggi sebesar 131 (29,01%) (Puskesmas Warkuk Ranau Selatan, 2019). dan Tahun 2020 berjumlah 160 (8,25%) lansia yang menderita kadar kolestrol tinggi (Puskesmas Warkuk Ranau Selatan, 2020).

Siswono (2006) dalam (Ramdhani et al., 2016) mengatakan kolesterol adalah suatu zat lemak yang beredar di dalam darah, diproduksi oleh hati dan sangat diperlukan oleh tubuh, tetapi kolesterol berlebih akan menimbulkan masalah terutama pada pembuluh darah jantung dan otak. Darah mengandung 80 % kolesterol yang di produksi oleh tubuh sendiri dan 20% berasal dari

makanan. Kolesterol yang diproduksi terdiri atas 2 jenis yaitu kolesterol HDL dan kolesterol LDL (*Low Density Lipoprotein*). Bila kolesterol LDL (*High Density Lipoprotein*) jumlahnya berlebihan dalam darah akan diendapkan pada dinding pembuluh darah dan membentuk bekuan yang dapat menyumbat pembuluh darah, sedangkan kolesterol HDL, mempunyai fungsi membersihkan pembuluh darah dari kolesterol LDL yang berlebihan. Selain itu ada Trigliserida yang terbentuk sebagai hasil dari metabolisme makanan yang berbentuk lemak dan juga berbentuk karbohidrat dan protein yang berlebihan, yang tidak seluruhnya dibutuhkan sebagai sumber energi (Ramdhani et al., 2016).

Semakin tua usia seseorang maka fungsi organ tubuh semakin menurun, begitu juga dengan penurunan aktivitas reseptor LDL (*Low Density Lipoprotein*) sehingga bercak perlemakan dalam tubuh semakin meningkat dan menyebabkan kadar kolesterol total lebih tinggi, sedangkan kadar kolesterol HDL (*High Density Lipoprotein*) relatif tidak berubah (Lestari et al., 2018).

Dislipidemia adalah salah satu faktor risiko stroke non hemoragik yang merupakan suatu kelainan lipid yang di tandai oleh kelainan (peningkatan maupun penurunan) fraksi lipid dalam plasma. Kelainan fraksi lipid yang utama adalah kadar kolesterol yang tinggi, kadar trigliserida yang tinggi dan kadar HDL kolesterol yang rendah (Ramdhani et al., 2016).

Pengetahuan adalah salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku seseorang dalam menentukan baik buruk dan dapat menentukan suatu kepercayaan sehingga konsep tersebut ikut berperan dalam menentukan sikap dan perilaku seseorang dalam suatu hal. Pengetahuan inilah yang mempengaruhi sikap perilaku pasien pasca stroke untuk melakukan kontrol kolesterol LDL untuk kesembuhannya, dan juga mempengaruhi sikap pasien akan kepedulian terhadap dirinya untuk selalu mengontrol kolesterol agar tidak terjadi kekambuhan stroke berulang (Ramdhani et al., 2016)

Motivasi juga mempengaruhi kepatuhan seseorang pasien pasca stroke mengontrol kolesterol, motivasi yang tinggi pada diri sendiri secara biologis mendorong pasien untuk senantiasa dengan sendirinya ada kemauan untuk

mengontrol kolesterolnya. Sedangkan motivasi yang kurang baik malah mendorong pasien tidak patuh pada kontrol kolesterolnya karena tidak ada kemauan dari diri sendiri untuk sembuh dari stroke, dan sebenarnya motivasi juga setidaknya di pengaruhi oleh orang terdekat atau keluarga (Ramdhani et al., 2016).

Dukungan keluarga merupakan suatu bentuk perilaku melayani yang dilakukan keluarga, baik dalam bentuk dukungan emosional (perhatian dan kasih sayang), dukungan penghargaan (menghargai dan memberikan umpan balik positif), dukungan informasi (saran, nasihat, informasi) maupun dukungan dalam bentuk instrumental (bantuan tenaga, uang dan waktu) (Menurut Bomar, 2004) dalam (Dewi et al., 2016).

Dukungan sosial dapat diberikan kepada anggota keluarga dalam merawat dan meningkatkan status kesehatannya adalah dengan memberikan rasa nyaman, perhatian, penghargaan, dan pertolongan atau memberikan pelayanan dengan sikap menerima kondisinya (Tumenggung, 2013) dalam (Dewi et al., 2016).

Hasil penelitian diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi et al., (2016) Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan dan kuat antara dukungan keluarga dengan tingkat kepatuhan penatalaksanaan diet lansia dengan kolestrol tinggi di lingkungan Kelurahan Tonja pada tahun 2015 yang menunjukkan hasil yaitu nilai $p = 0,000$ dengan nilai koefisien korelasi (r) dalam analisis data dengan nilai 0,849 yang artinya ada hubungan positif antara variabel dukungan keluarga dengan variabel tingkat kepatuhan penatalaksanaan diet dimana semakin baik dukungan keluarga maka semakin patuh diet yang dilaksanakan oleh responden.

Hasil penelitian diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tumenggung (2013) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan dukungan sosial keluarga dengan kepatuhan diet pasien hipertensi. Dukungan social keluarga sangat penting dalam meningkatkan dan menyemangati pasien untuk mencegah kekambuhan atau keparahan pasien hipertensi. Dukungan sosial keluarga yaitu berupa dukungan emosional dari keluarga diharapkan dapat membantu mengurangi

ansietas yang disebabkan oleh komplikasi dari penyakit hipertensi.

Pada penelitian ini, diperoleh nilai $p < 0,003$ ($p < 0,05$) artinya jenis kelamin memiliki hubungan yang signifikan terhadap kejadian Dislipidemia pada Lansia di Poli Lansia RSUD Bangkinang. Dari hasil analisis diketahui juga bahwa jenis kelamin tidak berisiko terhadap kejadian Dislipidemia pada lansia di Poli Lansia RSUD Bangkinang Kabupaten Kampar dengan nilai OR sebesar 3,348 (95 % CI 1,481-7,566) jenis kelamin memiliki risiko terhadap kejadian Dislipidemia pada Lansia di Poli Lansia RSUD Bangkinang. (Lestari et al., 2018)

Penderita kolestrol sering tidak memperhatikan pola makan dan gaya hidup, Kurangnya Pengetahuan, dan Sifat kepatuhan Serta Upaya Pengontrolan kadar kolestrol mereka dimana kebiasaan-kebiasaan lansia seolah-olah menjadi rutinitas sehari-hari dengan mengkonsumsi makanan dengan tinggi Lemak Jenuh, seperti Daging, Gorengan dan Kulit Ayam. Sehingga memicu Kadar Kolestrol Menjadi Meningkat.

Melihat dari faktor diatas maka penulis tertarik mengambil judul Karya Tulis Ilmiah yaitu Hubungan pengetahuan dan kepatuhan lansia dalam upaya pengontrolan kadar kolesterol di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan Tahun 2021.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasi dengan pendekatan *Cross Sectional*. Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan variabel independen adalah Tingkat Pengetahuan dan kepatuhan. Sedangkan yang dimaksud dengan variabel dependen adalah pengontrolan kadar kolesterol.

Populasi pada penelitian ini adalah 50 lansia yang ada di Wilayah Kerja UPTD

Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan Tahun 2022.

Sampel pada penelitian ini akan diambil di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan Tahun 2022.

Pelaksanaan pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer yang dikumpulkan dengan cara melakukan wawancara pada responden dengan menggunakan alat bantu kuesioner yang berisi sejumlah pertanyaan yang harus dijawab oleh responden dan data sekunder dengan melihat catatan tentang metode kontrasepsi yang digunakan responden. Adapun isi kuisisioner wawancara adalah beberapa pertanyaan dengan hasil ukur.

HASIL PENELITIAN

Analisa Data Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Lansia di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan Tahun 2022

No	Umur	Jumlah	Persentase
1	50 – 55	16	32,0%
2	56 – 60	18	36,0%
3	61 – 65	16	32,0%
Jumlah		50	100,0%

Berdasarkan tabel 1 di ketahui bahwa dari 50 responden di dapatkan lansia dengan rentan umur 50 – 55 sebanyak 16 (32,0%) responden, lansia dengan rentan umur 56 – 60 sebanyak 18 (36,0%) responden dan lansia dengan rentan umur 61 – 66 sebanyak 16 (32,0%) responden.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan Tahun 2022

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
1	Laki – laki	27	54,0%
2	Perempuan	23	46,0%
Jumlah		50	100,0%

Berdasarkan tabel 2 di ketahui bahwa dari 50 responden di dapatkan lansia dengan jenis kelamin laki – laki sebanyak 27 (54,0%) respondendan lansia dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 23 (46,0%) responden.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Tingkat Pengetahuan Lansia di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan Tahun 2022

No	Tingkat pengetahuan	Jumlah	Persentase
1	Baik	33	66,0%
2	Kurang Baik	17	34,0%
Jumlah		50	100,0%

Berdasarkan tabel 3 di ketahui bahwa dari 50 responden di dapatkan lansia dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 33 (66,0%) responden, dan lansia dengan tingkat pengetahuan kurang baik sebanyak 17 (34,0%) responden.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Tingkat Kepatuhan Lansia di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan Tahun 2022

No	Tingkat Kepatuhan	Jumlah	Persentase
1	Patuh	31	62,0%
2	Tidak Patuh	19	38,0%
Jumlah		50	100,0%

Berdasarkan tabel 4 di ketahui bahwa dari 50 responden didapatkan bahwa terdapat 31 lansia yang patuh pengontrolan kadar kolestrol (62,0%) dan 19 lansia yang tidak patuh pengontrolan kadar kolestrol (38,0%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Kadar kolestrol di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan Tahun 2022

No	Kadar kolestrol	Jumlah	Persentase
1	Normal	31	62,0%
2	Tinggi	19	38,0%
Jumlah		50	100,0%

Berdasarkan tabel 5 di ketahui bahwa dari 50 responden didapatkan bahwa terdapat 31 lansia dengan kadar kolestrol normal (62,0%) dan 19 lansia dengan kadar kolestrol normal tinggi (38,0%)

ANALISA DATA BIVARIAT

Tabel 6. Hubungan Kadar Kolestrol dengan Tingkat Pengetahuan Lansia di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan Tahun 2022

No	Tingkat Pengetahuan	Kadar Kolestrol				Jumlah	P Value	
		Normal		Tinggi				
		F	%	F	%			
1	Baik	29	93,5	4	21,1	33	66,0	0,000
2	Kurang Baik	2	6,5	15	78,9	17	34,0	
Jumlah		31	100	19	100	50	100	

Dari hasil analisis tabel 6 di ketahui bahwa dari 50 lansia didapatkan bahwa lansia yang memiliki kadar kolestrol normal dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 29 (93,5%) responden dan lansia yang memiliki kadar kolestrol normal dengan tingkat pengetahuan kurang baik sebanyak 2 (6,5%) responden sedangkan lansia yang memiliki kadar kolestrol tinggi dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 4

(21,51%) responden dan lansia yang memiliki kadar kolestrol tinggi dengan tingkat pengetahuan kurang baik sebanyak 15 (78,9%) responden. Hasil uji chi square di dapatkan p Value 0,000 artinya terdapat hubungan yang bermakna antara penurunan kadar kolestrol dengan tingkat pengetahuan di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan Tahun 2021.

Tabel 7. Hubungan Kadar Kolestrol dengan Tingkat Kepatuhan Lansia di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan Tahun 2022

No	Tingkat Kepatuhan	Kadar Kolestrol				Jumlah		P Value
		Normal		Tinggi		F	%	
		F	%	F	%			
1	Patuh	31	100,0	0	0,0	31	100	0,000
2	Tidak Patuh	0	0,0	19	100,0	19	100	
Jumlah		31	62,0	19	38,0	50	100	

Dari hasil analisis tabel 7 di ketahui bahwa dari 50 lansia didapatkan bahwa lansia yang memiliki kadar kolestrol normal dengan tingkat kepatuhan patuh sebanyak 31 (100,0%) responden dan lansia yang memiliki kadar kolestrol normal dengan tingkat kepatuhan tidak patuh sebanyak 0 (0,0%) responden sedangkan lansia yang memiliki kadar kolestrol tinggi dengan tingkat kepatuhan patuh sebanyak 0 (0,0%)

responden dan lansia yang memiliki kadar kolestrol tinggi dengan tingkat kepatuhan tidak patuh sebanyak 19 (100,0%) responden. Hasil uji chi square di dapatkan p value 0,000 artinya terdapat hubungan yang bermakna antara penurunan kadar kolestrol dengan tingkat kepatuhan di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan Tahun 2022.

PEMBAHASAN

Peningkatan Kolesterol termasuk kedalam golongan lemak (lipida) padat yang berwujud lilin. Kolesterol bersifat aterogenik atau mudah menempel dan membentuk plak pada dinding pembuluh darah. Meskipun demikian, kolesterol sangat diperlukan tubuh untuk membentuk kelangsungan hidup tubuh manusia. (Garnadi, 2012). Faktor Penyebab kenaikan kadar Kolesterol adalah dari Makanan yang terlalu banyak lemak, Kurangnya beraktifitas dan Kurangnya Pengetahuan. Berdasarkan hasil penelitian ketahu bahwa dari 50 lansia didapatkan bahwa lansia yang memiliki kadar kolesterol normal dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 29 (93,5%) responden dan lansia yang memiliki kadar kolesterol normal dengan tingkat pengetahuan kurang baik sebanyak 2 (6,5%) responden sedangkan lansia yang memiliki kadar kolesterol tinggi dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 4 (21,51%) responden dan lansia yang memiliki kadar kolesterol tinggi dengan tingkat pengetahuan kurang baik sebanyak 15 (78,9%) responden.

Hasil uji chi square di dapatkan p Value 0,000 artinya terdapat hubungan yang bermakna antara kenaikan kadar kolesterol dengan tingkat pengetahuan di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan Tahun 2021.

Hasil analisis tabel 5.5 di ketahu bahwa dari 50 lansia didapatkan bahwa lansia yang memiliki kadar kolesterol normal dengan tingkat kepatuhan baik sebanyak 31 (100,0%) responden dan lansia yang memiliki kadar kolesterol normal dengan tingkat kepatuhan tidak patuh sebanyak 0 (0,0%) responden sedangkan lansia yang memiliki kadar kolesterol tinggi dengan tingkat kepatuhan baik sebanyak 0 (0,0%) responden dan lansia yang memiliki kadar kolesterol tinggi dengan tingkat kepatuhan tidak patuh sebanyak 19 (100,0%) responden.

Hasil uji chi square di dapatkan p Value 0,000 artinya terdapat hubungan yang bermakna antara kenaikan kadar kolesterol dengan tingkat kepatuhan di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan Tahun 2021.

Dislipidemia adalah kelainan Metabolisme lipid yang ditandai dengan peningkatan kolesterol total, kolesterol LDL (*Low Density Lipoprotein*), Trigliserida diatas normal serta

penurunan kadar kolesterol HDL (*High Density Lipoprotein*) didalam darah. (Lestari, Handini, & Sinaga, 2018)

Semakin tua usia seseorang maka fungsi organ tubuh semakin menurun, begitu juga dengan penurunan aktivitas reseptor LDL (*Low Density Lipoprotein*) sehingga bercak perlemakan dalam tubuh semakin meningkat dan menyebabkan kadar kolesterol total lebih tinggi, sedangkan kadar kolesterol HDL (*High Density Lipoprotein*) relatif tidak berubah. (Lestari et al., 2018)

Pada penelitian ini diketahui bahwa kejadian Dislipidemia paling banyak terjadi pada rentang usia 60-69 tahun (42,4 %). Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian deksriptif dari Lesmana dkk padatahun 2018 di Poli Penyakit Dalam RS Panti Rapih Yogyakarta, bahwa Dislipidemia pada Lansia kerap terjadi padarentang usia 61-70 tahun. Usia dapat menjadi pemandu bagi seseorang dalam mengantisipasi kejadian Dislipidemia. (Lestari et al., 2018)

Siswono (2017) dalam (Ramdhani et al., 2016) mengatakan kolesterol adalah suatu zat lemak yang beredar di dalam darah, diproduksi oleh hati dan sangat diperlukan oleh tubuh, tetapi kolesterol berlebih akan menimbulkan masalah terutama pada pembuluh darah jantung dan otak. Darah mengandung 80 % kolesterol yang di produksi oleh tubuh sendiri dan 20% berasal dari makanan. Kolesterol yang diproduksi terdiri atas 2 jenis yaitu kolesterol HDL dan kolesterol LDL (*Low Density Lipoprotein*). Bila kolesterol LDL (*High Density Lipoprotein*) jumlahnya berlebih di dalam darah akan diendapkan pada dinding pembuluh darah dan membentuk bekuan yang dapat menyumbat pembuluh darah, sedangkan kolesterol HDL, mempunyai fungsi membersihkan pembuluh darah dari kolesterol LDL yang berlebihan. Selain itu ada Trigliserida yang terbentuk sebagai hasil dari metabolisme makanan yang berbentuk lemak dan juga berbentuk karbohidrat dan protein yang berlebihan, yang tidak seluruhnya dibutuhkan sebagai sumber energi (Ramdhani et al., 2016).

Hasil penelitian diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi et al., (2016). Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan dan kuat

antara dukungan keluarga dengan tingkat kepatuhan penata laksanaan diet lansia dengan hipertensi di lingkungan Kelurahan Tonja pada tahun 2015 yang menunjukkan hasil yaitu nilai $p = 0,000$ dengan nilai koefisien korelasi (r) dalam analisis data dengan nilai 0,849 yang artinya ada hubungan positif antara variabel dukungan keluarga dengan variabel tingkat kepatuhan penata laksanaan diet dimana semakin baik dukungan keluarga maka semakin patuh diet yang dilaksanakan oleh responden.

Kepatuhan diet sangat berperan penting dalam penurunan kadarkolesterol. Kepatuhan diet begitu sentral dan kolesterol begitu fundamental sebagai penyebab atherosklerosis. Dari studi epidemiologis dan eksperimental, Atherosklerosis bukanlah proses penuaan semata, tetapi lebih disebabkan oleh salah diet. Proses atherosklerosis dapat dikurangi hanya dengan diet. Dengan melakukan kepatuhan diet, kadar kolesterol dapat dikendalikan secara perlahan-lahan yaitu dengan cara melakukan diet rendah lemak yang benar. Kegagalan diet sering disebabkan oleh kurangnya kepatuhan diet. Derajat penurunan kadar kolesterol yang dicapai dengan diet bergantung pada pola makan sebelum dilakukannya diet, tingkat kepatuhan dan respon biologis (Yani, 2016).

Menurut Penelitian Putri (2016), terdapat hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet dengan kadar kolesterol darah dengan p -value 0,000. Ada hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet dengan kadar LDL darah pada pasien PJK dengan p -value (0,001) dan tidak ada hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet dengan kadar HDL darah dengan p -value (0,628).

Pengetahuan sangat penting peranannya dalam menentukan kepatuhan diet rendah kolestrol karena berpengaruh pada perilaku lansia dalam menyimpan dan mengkonsumsi kadar tinggi kolestrol secara teratur setiap harinya. Peran serta keluarga terutama pada lansia sebagai faktor penguat pemegang pemeran penting dalam kepatuhan diet rendah kolestrol. Kepedulian dalam memerhati-kan dan memonitor konsumsi rendah kolestrol setiap hari meningkatkan kepatuhan lansia dalam mengontrol kadar kolestrol.

Dari penelitian diatas dapat ditarik asumsi bahwa kepatuhan dalam pengontrolan kadar kolestrol mempengaruhi penurunan kadar kolestrol pada lansia. Semakin tinggi jumlah kadar kolestrol yang di konsumsi, maka semakin tinggi kadar kolestrol yang di derita hal ini terbukti berdasarkan penelitian didapatkan kenaikan kadar kolestrol lebih banyak dialami oleh responden yang dari didapatkan bahwa lansia yang memiliki kadar kolestrol normal dengan tingkat kepatuhan baik sebanyak 31 (100,0%) responden dan lansia yang memiliki kadar kolestrol normal dengan tingkat kepatuhan tidak patuh sebanyak 0 (0,0%) responden sedangkan lansia yang memiliki kadar kolestrol tinggi dengan tingkat kepatuhan baik sebanyak 0 (0,0%) responden dan lansia yang memiliki kadar kolestrol tinggi dengan tingkat kepatuhan tidak patuh sebanyak 19 (100,0%) responden.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari 50 Responden terdapat distribusi responden menurut kadar kolestrol terdapat 32 lansia dengan kadar kolestrol normal (64,0%) dan 18 lansia dengan kadar kolestrol normal tinggi (36,0%).

Distribusi Frekuensi Responden Tingkat Pengetahuan lansia di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan Tahun 2021 ketahui bahwa dari 50 responden di dapatkan lansia dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 33 (66,0%) responden, dan lansia dengan tingkat pengetahuan kurang baik sebanyak 17 (34,0%) responden.

Distribusi Frekuensi Responden Tingkat Kepatuhan Lansia di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan Tahun 2021 ketahui bahwa dari 50 responden didapatkan bahwa terdapat 31 lansia yang patuh pengontrolan kadar kolestrol (62,0%) dan 19 lansia yang tidak patuh pengontrolan kadar kolestrol (38,0%).

Setelah dilakukan tabulasi antara variabel tingkat pengetahuan lansia dan tingkat kepatuhan lansia dengan Kadar Kolestrol didapatkan hasil, bahwa ada hubungan yang bermakna antara kedua variabel tersebut. Hal ini dapat kita lihat dari p value = 0,000.

Bagi Puskesmas diharapkan dapat meningkatkan pelaksanaan program-program

kesehatan lansia seperti posyandu lansia guna meningkatkan kesadaran lansia untuk dapat patuh dalam pengontrolan kadar kolestrol pada masyarakat khususnya bagi lansia di wilayah kerja di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten OKU Selatan

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meningkatkan kualitas dan pendidikan yang berbeda dan lebih mendalam dan jelas serta dengan rinci untuk mempermudah penelitian selanjutnya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (eds revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Dewi, K. C. C., Prapti, N. K. G., & Saputra, I. K. (2016). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kepatuhan Penata laksanaan Diet Lansia Dengan Hipertensi Di Lingkungan Kelurahan Tonja. *Jurnal Keperawatan Community of Publishing in Nursing (COPING) NERS*, Edisi Janu (ISSN: 2303-1298).
- Dharma, Kelana, K. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta Timur: Trans Info Media.
- garnadi, y. (2012). *hidup nyaman dengan hiperkolestrol*. jakarta: agromedia pustaka.
- Hidayat, A. (2017). *Metodologi Penelitian Keperawatan dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Lestari, A., Handini, M. C., & Sinaga, T. R. (2018). Faktor Risiko Kejadian Dislipidemia Pada Lansia (Studi Kasus Kontrol Pada Lansia di Poli Lansia RSUD. Bangkinang Kabupaten Kampar Tahun 2016 – 2017). *Jurnal Riset Hesti Medan*, Vol. 3, No.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Kesehatn Masyarakat Ilmu dan Seni*. jakarta: Rineka cipta.
- Putri, A.M. 2016. Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Kolesterol Darah Pada Pasien Penyakit Jantung Koroner Di RSUP Dr.M.Djamil Padang Tahun 2016. Skripsi. Prodi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.
- Ramdhani, H. E., Sanubari, D. T., & Jhonet, A. (2016). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Motivasi Terhadap Kepatuhan Mengontrol Kolesterol Low Density Lipoprotein (LDL) Pada Pasien Pasca Stroke Non Hemorragik Di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2016. *JURNAL MEDIKA MALAHAYATI*, Vol 3, No .
- Saidin, M. (2000). Kandungan Kolestrol Dalam Berbagai Bahan Makana Hewani. *Bul.Penelit.Kesehat*.27 (2) 1999/2000, 225-227.
- Shanty, M. (2011). "Silent Killer Diseases" (Penyakit Yang Diam - Diam Mematikan). Jogjakarta: Javalitera.
- Sugiyono. (2014). *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan R&D*. Bandung: ALF.
- Sulviana, N. 2008. Analisis Hubungan Gaya Hidup dan Pola Makan dengan Kadar Lipid Darah dan Tekanan Darah pada Penderita Jantung Koroner. Skripsi. Fakultas Pertanian. Institut Pertanian Bogor.
- Yani, Dewi R. 2016. Perbedaan Kadar Kolesterol Menggunakan Metode Direk Dan Formula Friedwald (Pada Penderita Dislipidemia). Skripsi. Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan. Analisis Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Semarang.