

**HUBUNGAN POLA MAKAN TERHADAP
KADAR KOLESTEROL PADA LANSIA
DI RUMAH SAKIT DAERAH
MANGUSADA**



SKRIPSI

I WAYAN SUARDIYANA

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI**

2023

**HUBUNGAN POLA MAKAN TERHADAP
KADAR KOLESTEROL PADA LANSIA
DI RUMAH SAKIT DAERAH
MANGUSADA**

SKRIPSI

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan

Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali

Diajukan Oleh :

I WAYAN SUARDIYANA

NIM. C1119114

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN**

BINA USADA BALI

SURAT PERNYATAAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : I Wayan Suardiyana

NIM : C1119114

Jurusan : S1 Keperawatan

Judul : Hubungan Pola Makan Terhadap Kadar Kolesterol Pada Lansia Di Rumah Sakit Mangusada

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dibuktikan bahwa tugas akhir ini hasiljiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atau perbuatan tersebut

Mangupura 9 Juni 2023



I Wayan Suardiyana

**HALAMAN PERSETUJUAN
HUBUNGAN POLA MAKAN TERHADAP
KADAR KOLESTEROL PADA LANSIA
DI RUMAH SAKIT MANGUSADA**

Diajukan Oleh :

I WAYAN SUARDIYANA

NIM. C1119114

Badung, 9 Juni 2023

Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Ns. Gede Arya Bagus Arisudhana, S.Kep., M.Kep

NIDN : 0808029001

Pembimbing II



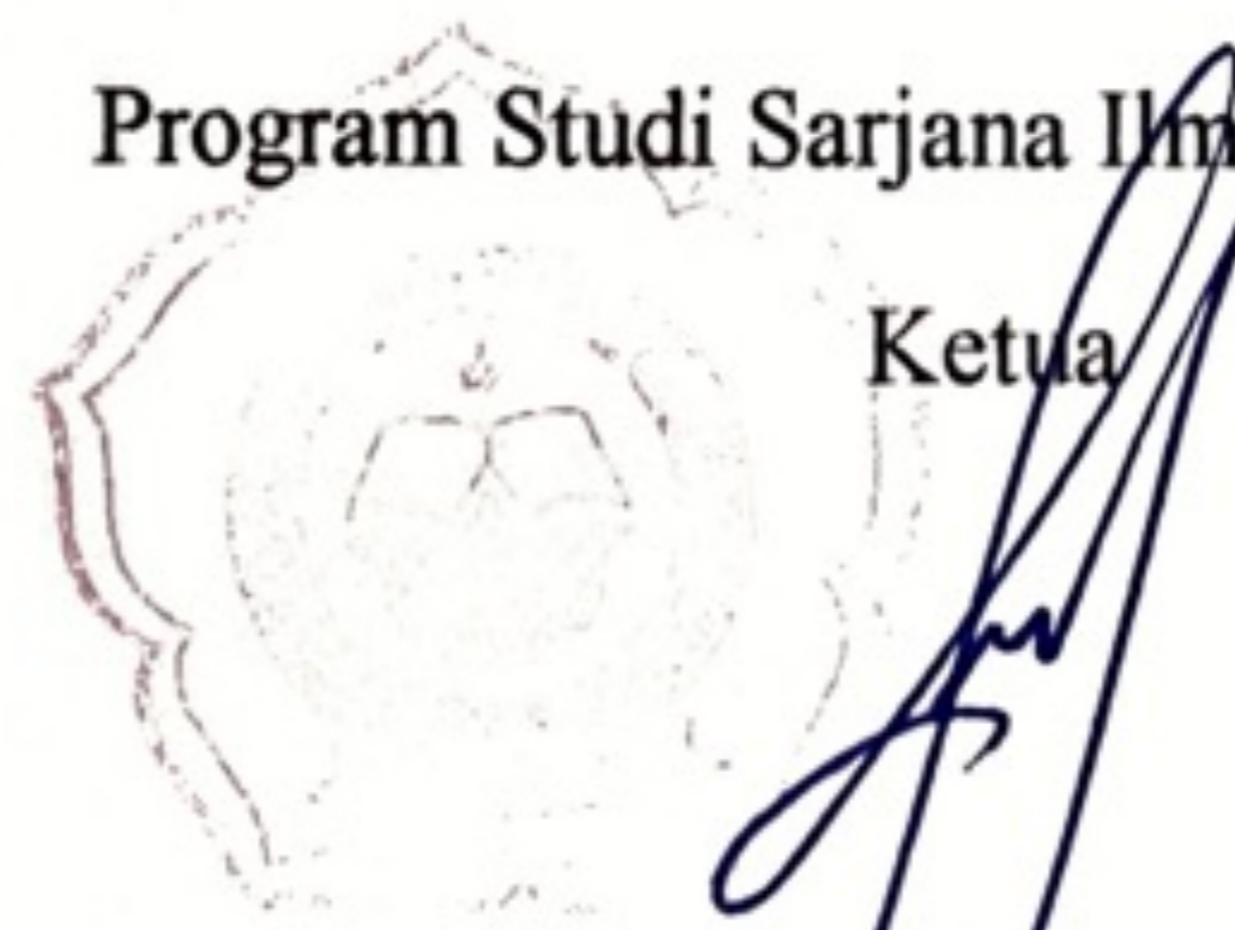
Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep

NIDN : 0821058603

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep

NIDN : 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN

**PROPOSAL INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAIHKAN DI
DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU
KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN**

BINA USADA BALI

Tanggal : 5 Juli 2023

Yang Terdiri Dari :

Ketua Penguji



Ns. Ni Nyoman Suardani, S.Kep.,MMD

NIDN : 8863790019

Sekretaris Penguji



Ns. Gede Arya Bagus Arisudhana, S.Kep., M.Kep

NIDN : 0808029001

Anggota Penguji

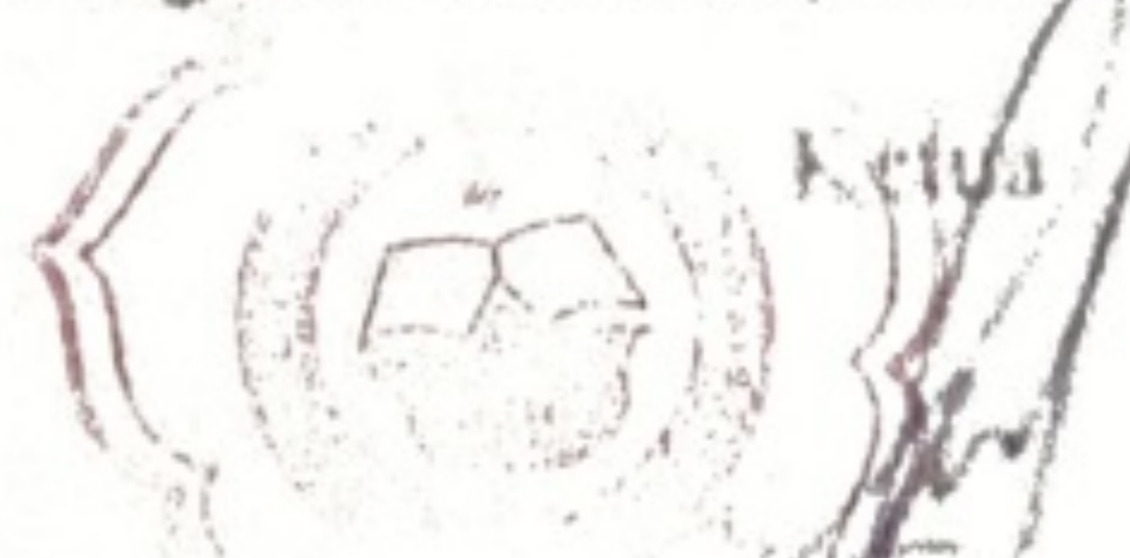


Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep

NIDN : 0821058603

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep

NIDN : 0821058603

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

Skripsi, 2023

I Wayan Suardiyana

Hubungan Pola Makan Terhadap Kadar Kolesterol Pada Lansia di Rumah Sakit Mangusada

XI + 61 + 2 tabel + 2 gambar + 9 lampiran

ABSTRAK

Kolesterol merupakan jumlah kandungan kadar kolesterol didalam volume darah yang terdapat pada komposisi plasma, kolesterol dibutuhkan didalam tubuh seseorang untuk mempertahankan kesehatan sel-sel darah, kolesterol atau zat berlemak dapat diproduksi oleh tubuh pada organ hati. Pola makan adalah suatu cara tertentu dalam mengatur jumlah dan jenis asupan makanan dengan maksud untuk mempertahankan kesehatan, status gizi, serta mencegah atau membantu proses penyembuhan.

Jenis penelitian ini yaitu non eksperimental bersifat penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional dan pendekatan *cross-sectional*. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *nonprobability sampling* khususnya *random sampling*. Responden diukur pola makannya menggunakan kuesioner (FFQ) *Food Frequency Questionnaire*

Intervensi hubungan pola makan terhadap kadar kolesterol menunjukkan nilai *correlation coefficient* sebesar -0,671 yang berarti antara pola makan dengan kadar kolesterol hubungannya adalah kuat yang bernilai negatif yang menandakan sifat hubungan tidak searah yang berarti semakin rendah skor pola makan maka nilai kadar kolesterol semakin tinggi. Dari hasil uji statistik didapatkan nilai *p value*=0,000 yang berarti <0,05, sehingga dapat disimpulkan ada Hubungan Pola Makan Terhadap Kadar Kolesterol Pada Lansia Di Rumah Sakit Mangusada.

Kata kunci : Pola Makan, Kadar Kolesterol, Lansia

Daftar Puataka : 40 (2013-2021)

BINA USADA HIGH SCHOOL OF HEALTH SCIENCES

GRADUATE NURSING STUDY PROGRAM

Thesis, 2023

I Wayan Suardiyana

The Relationship between Diet and Cholesterol Levels in the Elderly at Mangusada Hospital

XI + 61 + 2 tables + 2 pictures + 9 attachments

ABSTRACT

Cholesterol is the amount of cholesterol content in the blood volume contained in the composition of plasma, cholesterol is needed in a person's body to maintain healthy blood cells, cholesterol or fatty substances can be produced by the body in the liver. Diet is a certain way of regulating the amount and type of food intake with the intention of maintaining health, nutritional status, and preventing or helping the healing process.

This type of research is a non-experimental quantitative research with a descriptive correlational method and a cross-sectional approach. The sample in this study used non-probability sampling techniques, especially random sampling. Respondents were measured their eating patterns using a Food Frequency Questionnaire (FFQ).

The intervention for the relationship between diet and cholesterol levels showed a correlation coefficient of -0.671, which means that the relationship between diet and cholesterol levels is strong, which has a negative value, which indicates the nature of the relationship is not unidirectional, which means that the lower the diet score, the higher the cholesterol level. From the statistical test results, it was obtained that the p value = 0.000, which means <0.05, so it can be concluded that there is a relationship between diet and cholesterol levels in the elderly at Mangusada Hospital

Keywords: Diet, Cholesterol Levels, Elderly

References : 40 (2013-2021)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widi Wasa karena berkat Asung Kerta Kerta Wara Nungrahnya penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian dengan judul Hubungan Pola Makan Terhadap Kadar Kolesterol Pada Lansia di Rumah Sakit Daerah Mangusada dapat di selesaikan tepat pada waktunya.

Proposal penelitian ini di susun untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali. Proposal penelitian dapat di selesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan program ilmu keperawatan di kepala STIKES Bina Usada Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu keperawatan STIKES Bina Usada Bali yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
3. Ns. I Gede Arya Bagus Arisudhana, S.Kep.,M.Kep selaku pembimbing I yang telah memberikan waktu luang dengan penuh kesabaran untuk peneliti dalam memberi masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.

4. Ns. I Putu Artha Wijaya,S.Kep.,M.Kep selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan dan saran dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
5. Kedua orang tua yang telah memeberikan banyak dukungan selama proses penyusunan proposal penelitian ini.
6. Seluruh pihak yang telah berperan penting dalam penyusunan proposal penelitian ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa proposal ini kurang sempurna, oleh karena itu penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan proposal penelitian ini. Semoga proposal penelitian bermamfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

Badung, 07 Juni 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penelitian	4
1. Bagi Pelayanan Keperawatan	4
2. Masyarakat	4
3. Institusi Pendidikan	5
4. Pengembangan Ilmu Keperawatan	5
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Konsep Lansia	9
1. Definisi Lansia	9
2. Batasan Lansia.....	10
3. Ciri–Ciri Lansia	10
B. Konsep Dasar Kolesterol.....	12
1. Definisi Kolesterol	12
2. Klasifikasi Kolesterol	13

3.	Fungsi Kolesterol	15
4.	Faktor Yang Mempengaruhi	16
5.	Faktor Yang Tidak Dapat Dirubah	16
6.	Faktor Yang Dapat Dirubah	17
7.	Metabolisme Kolesterol	19
8.	Cara Mengukur Kolesterol	20
9.	Alat Ukur Hiperkolesterol	22
C.	Konsep Pola Makan	22
1.	Definisi Pola Makan	22
2.	Komponen Pola Makan	23
3.	Pengaturan Pola Makan Lansia	24
4.	Faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan	25
5.	Metode Pengukuran Pola Makan	26
6.	Kuesioner <i>Food Frequency Questionere</i> (FFQ)	29
D.	Kerangka Teori.....	31
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL.....		31
A.	Kerangka Konsep	31
B.	Hipotesis.....	32
C.	Definisi operasional	32
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN.....		34
A.	Rancangan Penelitian	34
B.	Populasi Dan Sampel	34
1.	Populasi	34
2.	Sampel	34
C.	Tempat Penelitian.....	36
D.	Waktu Penelitian	36
E.	Etika Penelitian	36
1.	Prinsip manfaat.....	36
2.	Prinsip menghargai hak asasi manusia (<i>respect human dignity</i>).....	37
3.	Prinsip keadilan (<i>right to justice</i>)	38

F. Alat Pengumpulan Data	38
1. Instrumen Pengumpulan Data	38
2. Validitas dan Reliabilitas.....	39
G. Prosedur Pengumpulan Data	40
1. Prosedur Administrasi	41
2. Prosedur Teknis	41
H. Pengolahan Data.....	42
1. <i>Editing</i>	42
2. <i>Coding</i>	42
3. <i>Entry data</i>	43
4. <i>Cleaning</i>	43
I. Rencana Analisa Data	43
1. Analisa Data Univariat	43
2. Analisis Data Bivariat	43
BAB V HASIL PENELITIAN	44
A. Tempat Dan Waktu Penelitian	44
B. Hasil Analisa Data Univariat	45
1. Gambaran Karakteristik Responden	45
C. Hasil Analisa Data	46
1. Uji Normalitas Data	46
2. Menganalisis Hubungan Pola Makan Terhadap Kadar Kolesterol Pada Lansia Di Rumah Sakit Mangusada	47
BAB VI PEMBAHASAN	49
A. Interpretasi Penelitian.....	49
1. Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	49
2. Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Usia.....	50
3. Mengidentifikasi Pola Makan Pada Lansia di Rumah Sakit Mangusada..	50

4. Mengidentifikasi kadar kolesterol pada lansia di Rumah Sakit Mangusada	52
5. Menganalisis Hubungan Pola Makan Terhadap Kadar Kolesterol Pada Lansia Di Rumah Sakit Mangusada.....	54
B. Kerebatasan Penelitian	56
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian.....	57
1. Terhadap pelayanan keperawatan	57
2. Terhadap institusi pendidikan	57
3. Terhadap pengembangan ilmu keperawatan	57
BAB VII PENUTUP	58
A. Simpulan	58
B. Saran	59
1. Bagi institusi pendidikan	59
2. Bagi ilmu keperawatan.....	59
3. Bagi pelayanan keperawatan	59
4. Bagi masyarakat	59

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Batasan Kadar Kolesterol.....	15
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	33
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	45
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Usia.....	45
Table 5.3 Mengidentifikasi Pola Makan Pada Lansia.....	46
Table 5.4 Mengidentifikasi Kadar Kolesterol Pada Lansia.....	46
Table 5.5 Hasil Uji Normalitas Data.....	47
Table 5.6 Meganalisis Hubungan Pola Makan Terhadap Kadar Kolesterol Pada Lansia Di Rumah Sakit Mangusada.....	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	30
Gambar 3.1 Kerangka Konsep.....	31

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Rencana Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Surat Permohonan Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Balasan Permohonan Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 5 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 6 Surat Pengantar Kuisisioner
- Lampiran 7 Lembar Kuesioner Semi *Food Frequency Questionnaire* (FFQ)
- Lampiran 8 Lembar Observasi Kolesterol
- Lampiran 9 Lembar Bimbingan Proposal
- Lampiran 10 Surat Permohonan Izin Etik
- Lampiran 11 Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 12 Surat Keterangan Penelitian
- Lampiran 13 Surat Keterangan Kelaikan Etik
- Lampiran 14 Surat Ethical Clearance

DAFTAR PUSTAKA

- Adhiyani, C. (2013). Hubungan Usia dan Konsumsi Makanan Berlemak dengan Kolesterol Total Pada Lansia Kelurahan Serengan Surakarta. *Journal of Pharmacy*, 2(1), 12–18. <https://doi.org/https://doi.org/10.37013/jf.v2i1.15>
- Akbar, F., Nur, H., Humaerah, U. I., Keperawatan, A., Wonomulyo, Y., & Gatot Subroto, J. (2020). Karakteristik Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Desa Buku (Characteristics of Hypertension in the Elderly). *Jwk*, 5(2), 2548–4702.
- Ampangallo, E. (2020). *Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Kolesterol* (Vol. 10). Universitas Hasanuddin.
- Ardhilla City, O. N. (2013). *Diaskol Jantroke (Diabetes Millitus, Asam Urat, Kolesterol, Jantung, dan Stroke)*. Yogyakarta: Azna Book.
- Ariani, A. P. (2017). *Ilmu Gizi: Dilengkapi Dengan Standar Penilaian Status Gizi dan Daftar Komposisi Bahan Makanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Ary Istiany, R. (2014). *GIZI TERAPAN*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Dewi Suhada, P., Widyastuti, N., Candra, A., & Syauqy, A. (2021). *Korelasi Aktivitas Fisik dan Persen Lemak Tubuh dengan Indikator Sarkopenia Correlation Physical Activity and Body Fat Percentage with The Indicators of Sarkopenia*. 15–22. <https://doi.org/10.20473/amnt.v5i1>.
- Endah Nuraini, Z. A. (2021). Gambaran Pola Makan Berdasarkan Jenis , Frekuensi Dan Jumlah Makan Terhadap Peningkatan Kadar Asam Urat : Literature Review. *Borneo Student Research*, 3(1).
- Fayasari, A., Julia, M., & Huriyati, E. (2018). *Jurnal Gizi Indonesia*. 7(1), 15–21.
- I Dewa Nyoman Supriasa. (2012). *Pendidikan Dan Konsultasi Gizi*. Jakarta: EGC.
- Indra, M., & Astarini, A. (2021). *Pengalaman Perawat Menerapkan Prosedur Keselamatan Pada Klien Lanjut Usia*. 7(1), 5–13.
- Irawan, Sunarto, Aprilia, J. (2015). Analisa Pengaruh Bauran Pemasaran Terhadap Minat Beli Ulang Konsumen Di Restoran Ikan Bakar Cianjur Surabaya Daniel. *Program Manajemen Perhotelan, Fakultas Ekonomi, Universitas Kristen Petra*, 475–488.
- Kemenkes, P. data dan I. K. K. R. (2018). *Konsumsi Makanan Penduduk*

Indonesia.

- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia/Kemenkes RI. (2018). Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* (p. 674).
- Kholifah, S. N. (2016). *Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan.
- Kota, D., Lampung, B., & Saputri, D. A. (2021). *Hubungan Pola konsumsi Dengan Kadar Kolesterol Masyarakat*. IX(1), 8–22.
- Kurniadi, U. N. dan dr. H. (2014). *STOP: Gejala Penyakit Jantung Koroner, Kolesterol Tinggi, Diabetes Melitus, Hipertensi*. Yogyakarta: Istana Media.
- Lingga, L. (2012). *Sehat Dan Sembuh Dengan Lemak*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Lumi, F., Terok, M., & Budiman, F. (2018). Hubungan Derajat Penyakit Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Pada Kelompok Lanjut Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kahakitang Kecamatan Tatoareng. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 13(2), 59. <https://doi.org/10.32382/medkes.v13i2.664>
- Made, L., Roslandari, W., Illahi, R. K., & Lawuningtyas, A. (2020). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kepatuhan Pengobatan Pasien Hipertensi Rawat Jalan Pada Program Pengelolaan Penyakit Kronis The Relationship between Family Support and The Level Of Adherence To Treatment Of Hypertensive Outpatients in The. *Pharmaceutical Journal of Indonesia*, 5(2), 131–139.
- Manik, L. A., & Wulandari, I. S. M. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Anggota Prolanis Di Wilayah Kerja Puskesmas Parongpong. *Chmk Nursing Scientific Journal*, 4(2), 228–236.
- Manuho, E., Warouw, H., & Hamel, R. (2015). Hubungan Beban Kerja Dengan Kinerja Perawat Dalam Pemberian Asuhan Keperawatan Di Instalasi Rawat Inap C1 Rsup Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 3(2), 110719.
- Maryati, H. (2017). Hubungan Kadar Kolesterol dengan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Dusun Sidomulyo Desa Rejoagung Kecamatan Ploso Kabupaten Jombang. *Jurnal Keperawatan*, 8(2), 128–137.
- Maulana, I. (2020). *Verifikasi Hasil Pemeriksaan Kadar Kolesterol Darah*

Menggunakan Point Of Care Testing (POCT) Terhadap Metode CHOD-PAP Di Puskesmas Selabatu Kota Sukabumi. Poltekkes Kemenkes Bandung.

Muloni,Z, P. (2018). *Hubungan Pengetahuan, Sikap, Pola Makan dengan Kadar Kolesterol Wanita Usia Subur (WUS) di Desa Bangun Sari Baru Kecamatan Tanjung Morawa.*

Mulyanto, D. (2012). *Panjang Umur dengan Kontrol Kolesterol dan Asam Urat.* Yogyakarta: Cahaya Atma Pustaka.

Muqowwiyah, L. Z., & Dewi, R. K. (2021). Potensi Ekstrak Daun Alpukat sebagai Anti Kolesterol. *Jurnal Tadris IPA Indonesia*, 1(3), 403–412. <https://doi.org/10.21154/jtii.v1i3.397>

Murharyati, A., Safitri, W., Nur Pratiwi, E., Wardhana Amrullah, A., Nur Kusumawati, H., & Ardyia Crisdian S, H. (2021). Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tingkat Depresi Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 12(2), 149–154. <https://doi.org/10.34035/jk.v12i2.744>

Nonasri, fitra galih. (2020). Karakteristik Dan Perilaku Mencari Pengobatan (Health Seeking Behavior) Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Medikal Utama*, 02(01), 402–406.

Nurfatimah, R., Sri, M. R., & Jubaedah, Y. (2017). Perancangan Program Pendampingan Lanjut Usia Berbasis Home Care Di Posbindu Kelurahan Geger Kalong. *FamilyEdu*, III(Vol 3, No 2 (2017)).

Nursalam. (2018). 75 Konsep dan penerapan metodologi.pdf. In *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan.*

Nusawakan, A. W., Tesabela Messakh, S., & Jambormias, S. (2019). Faktor Yang Mempengaruhi Pengambilan Keputusan Dalam Penggunaan Layanan Kesehatan Pada Wilayah Kerja Puskesmas Tawiri. *Media Ilmu Kesehatan*, 6(2), 129–138. <https://doi.org/10.30989/mik.v6i2.188>

Oetoro, D. S. (2013). *SMART EATING: 1.000 JURUS MAKAN PINTAR & HIDUP BUGAR.* Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Padmiari, ida ayu eka et. a. (2018). *Hubungan faktor resiko h.e.a.l.t.h dengan kejadian.*

Ramli, H., Sumiati, & Febriani, K. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 3, 423–429. <https://stikeskjp-palopo.e-journal.id/JFK/article/view/110>

- Reza Diko, U. (2021). *Kolesterol dan Penanganannya*. Malang: STRADA PRESS.
- Rifdah, S. (2012). *Pahami Waspada! Cegah Dan Musnahkan Kolesterol*. Klaten: Cable Book.
- RISKESDAS. (2018). Laporan Provinsi Bali RISKESDAS 2018. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.
- Savioh, I. D., Hasneli, Y., Keperawatan, F., & Riau, U. (2021). *ANALISIS POLA HIDUP DAN DUKUNGAN KELUARGA PADA PASIEN*. 3, 181–193.
- Setiabudy, R. (2015). Etika Penelitian: Apa Dan Bagaimana? *Majalah Kedokteran Andalas*, 37, 20–25.
- Silva Yunieka Saraswati, Evi Puspitasari, E. Y. (2020). Kadar Kolesterol Total Pada Perokok Aktif Dan Perokok Pasif: Studi Literatur. *STIKes Insan Cendekia Medika Jombang*.
- Siregar, M. H., & Sartika, R. A. D. (2020). *Hubungan Umur dan Obesitas Sentral dengan Kadar Kolesterol Total Penduduk Indonesia*. 1(2), 1–9.
- Suarsih, C. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Kolestrol Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tambaksari Cich Suarsih Unit Pelaksana Teknis Dinas Puskesmas Tambaksari, Indonesia. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 2(1).
- Sulistyoningsih, H. (2011). *Gizi untuk kesehatan ibu dan anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sumarliyah, E., Veronicha, E., & Likhandhany, M. (2016). Penyuluhan Diet Hipertensi pada Lansia di Kenjeran. *Repository.Um-Surabaya.Ac.Id*, 1–20.
- Susanto, F. (2018). Sistem Informasi Pengolahan Data Pasien Pada Puskesmas Abung Pekurun Menggunakan Metode Prototype. *Jurnal Mikrotik*, 8(1), 65–73. <https://ojs.ummetro.ac.id/index.php/mikrotik/article/view/751/552>
- Waloya, T., & Masyarakat, D. G. (2013). *Hubungan antara konsumsi pangan dan aktivitas fisik dengan kadar kolesterol darah pria dan wanita dewasa di bogor* (. 8(1), 9–16.
- Yekti Mumpuni, A. W. (2011). *Cara Jitu Mengatasi Kolesterol*. Yogyakarta: Andi.
- Yovina, S. (2012). *Kolesterol? Siapa Takut!!: Panduan Hidup Sehat Tanpa*

Kolesterol. Yogyakarta: Pinang Merah.

Zuhroiyyah, S. F., Sukandar, H., & Sastradimaja, S. B. (n.d.). *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kadar Kolesterol Total , Kolesterol Low- Density Lipoprotein , dan Kolesterol High-Density Lipoprotein pada Masyarakat Jatinangor*. 2, 116–122.

Sugiarti, L., & Latifah, L. (2017). Hubungan Obesitas, Umur Dan Jenis Kelamin Terhadap Kadar Kolesterol Darah. *Jurnal Sains Natural*, 1(1), 84. <https://doi.org/10.31938/jsn.v1i1.16>

Al-Rahmad, A. H., Annaria, A., & Fadjri, T. K. (2016). Faktor Resiko Peningkatan Kolesterol pada Usia Diatas 30 Tahun di Kota Banda Aceh. *Jurnal Nutrisia*, 18(2), 109–114. <https://doi.org/10.29238/Jnutri.V18I2.62>

Sri, U. (2015). Hubungan antara Usia dan Jenis Kelamin dengan Kadar Kolesterol Penderita Obesitas RSUD Abdul Moeloek Provinsi Lampung. *Jurnal Kesehatan*, 6(1), 43–48.

Adhiyani, C. (2013). Hubungan Usia dan Konsumsi Makanan Berlemak dengan Kolesterol Total Pada Lansia Kelurahan Serengan Surakarta. *Journal of Pharmacy*, 2(1), 12–18. <https://doi.org/https://doi.org/10.37013/jf.v2i1.15>

Susanti, & Nobel Bistara, D. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus (The Relationship between Diet and Blood Sugar Levels in Patients with Diabetes) Mellitus. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 3(1), 29–34. <http://journal.ugm.ac.id/jkesvo>

Miko, A., & Pratiwi, M. (2017). *Obesitas mahasiswa politeknik kesehatan kemenkes aceh (Relationship to eating pattern and physical activity with obesity in Health Polytechnic students Ministry of Health in Aceh)*. 2(1), 1–5.

Indra, M., & Astarini, A. (2021). *Pengalaman perawat menerapkan prosedur*

keselamatan pada klien lanjut usia. 7(1), 5–13.

Adhiyani, C. (2013). Hubungan Usia dan Konsumsi Makanan Berlemak dengan Kolesterol Total Pada Lansia Kelurahan Serengan Surakarta. *Journal of Pharmacy*, 2(1), 12–18.
<https://doi.org/https://doi.org/10.37013/jf.v2i1.15>

Suarsih, c. (2020). Hubungan pola makan dengan kejadian kolestrol pada lansia di wilayah kerja puskesmas tambaksari Cicih Suarsih Unit Pelaksana Teknis Dinas Puskesmas Tambaksari, Indonesia. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 2(1).