

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Kolesterol adalah lemak yang terdapat di dalam darah atau berada di sel-sel tubuh, diperlukan untuk produksi dinding sel dan bahan baku untuk beberapa hormon, tapi jika kolesterol dalam darah terlalu tinggi akan menyebabkan penyakit jantung koroner dan stroke. Sebagian besar 80% kolesterol dalam tubuh diproduksi di hati. Dan sebagian kecil sekitar 20% kolesterol berasal dari makanan yang digunakan sebagai produk hewani seperti daging, telur dan susu. Kolesterol total mencakup, kolesterol LDL, HDL dan trigliserida (Pujani, 2022).

Kolesterol salah satu komponen lemak. Seperti kita ketahui, lemak merupakan zat gizi yang sangat diperlukan oleh tubuh kita di samping zat gizi lain seperti karbohidrat, protein, vitamin dan mineral. Lemak salah satu sumber energi yang memberikan kalori paling tinggi. Selain salah satu sumber energi, sebenarnya lemak atau khususnya kolesterol memang merupakan zat yang sangat dibutuhkan oleh tubuh kita terutama untuk membentuk dinding sel-sel dalam tubuh. Kolesterol juga merupakan bahan dasar pembentukan hormon-hormon steroid. Kolesterol yang kita butuhkan tersebut, secara normal diproduksi sendiri oleh tubuh, tetapi dapat meningkat jumlahnya karena asupan makanan yang berasal dari lemak hewani, telur dan yang disebut sebagai makanan sampah (junkfood). (Utama, 2021).

Kolesterol tinggi meningkatkan risiko aterosklerosis, penggumpalan darah di bagian tubuh tertentu, dan stroke (serangan besar atau jantung). Kolesterol yang tinggi juga dapat menyebabkan nyeri pada dada atau lengan bagian depan saat seseorang sedang stres atau melakukan aktivitas fisik (rustanti elly, puspita enny, puspita silvie, 2021).

Diperkirakan kadar kolesterol tinggi menyebabkan 2,6 juta kematian dan 29,7 juta kecacatan setiap tahunnya. Hiperkolesterolemia merupakan faktor risiko

berbagai penyakit. Kadar kolesterol tinggi telah terbukti berhubungan dengan peningkatan risiko penyakit jantung, stroke, tekanan darah tinggi, dan obesitas. Hiperkolesterolemia tidak menimbulkan gejala yang spesifik. Hiperkolesterolemia hanya dapat didiagnosis dengan tes darah. Jika kadar kolesterol Anda  $>200$  mg/dL, Anda dianggap mengalami hiperkolesterolemia. Hiperkolesterolemia hanya dapat didiagnosis dengan tes darah. Jika kadar kolesterol  $>200$  mg/dL, dikatakan mengalami hiperkolesterolemia (Subandrate, Susilawati and Safyudin, 2020) .

Sumber daya manusia yang unggul merupakan tujuan pembangunan nasional jangka panjang. Perhatian terhadap setiap perkembangan dan pertumbuhan generasi penerus sangatlah penting. Mempersiapkan generasi penerus bangsa yang sehat dan dapat melanjutkan pembangunan bangsa semangat dan inovatif, persiapan fisik yang sehat melalui pola hidup sehat, termasuk pola makan yang sehat seimbang. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan jumlah kasus kolesterol tinggi di seluruh dunia 16-33 juta. Angka kejadian kolesterol tinggi (hiperkolesterolemia) diperkirakan tertinggi di Indonesia seluruh dunia yaitu 350- 810 kasus per 100.000 penduduk. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan jumlah kasus kolesterol tinggi di seluruh dunia 16-33 juta.

Menurut penelitian yang dilakukan di 8 negara-negara Asia, 50% dari Orang Asia tidak mampu menurunkan kolesterol jahat dibandingkan dengan target yang disarankan. Hasil Riskesdas 2013 menunjukkan bahwa masyarakat Indonesia memiliki kadar kolesterol yang lebih tinggi dari normal; 30% dari wanita dan laki-laki (Sinulingga, 2020). Angka kejadian kolesterol tinggi (hiperkolesterolemia) diperkirakan tertinggi di Indonesia seluruh dunia yaitu 350- 810 kasus per 100.000 penduduk. (Wilayah and Puskesmas, 2020).

Masalah Upaya-upaya untuk meningkatkan tingkat pengetahuan dan preventif perlu dilaksanakan. Penatalaksanaan tinggi kolesterol masyarakat di Indonesia mencakup terapi non-farmakologis yang disebut perubahan gaya hidup terapeutik Therapeutic Lifestyle Changes (TLC) dan penggunaan obat-obat penurun kolesterol.

Konseling secara personal juga merupakan salah satu peran pelayanan kesehatan dalam menciptakan perubahan pola hidup dan pola makan. Pengumpulan data awal yang dilakukan di beberapa Puskesmas desa Sei Mencirim menunjukkan tingginya penderita kolesterol (tinggi trigliserida). Banyaknya jumlah pasien menderita kolesterol yang tinggi perlu diberikan konseling gizi dalam upaya memperbaiki kualitas hidup pasien dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat desa Sei Mencirim. Menurut data Puskesmas desa Sei Mencirim pada Januari tahun 2022 sampai Mei 2023 sebanyak 250 orang yang menderita tinggi kolesterol. Pada bulan Juni dari tanggal 1 sampai 10 diperkirakan jumlah masyarakat yang terkena tinggi kolesterol di desa Mencirim mencapai 30 orang yang berarti banyak masyarakat pada Desa Sei Mencirim yang mengalami kolesterol yang tinggi (UPT. Puskesmas Desa Sei Mencirim).

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dari latar belakang, maka yang merupakan persoalan pada penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan tingkat pengetahuan masyarakat terhadap tingginya kadar kolesterol di Desa Sei Mencirim, Kecamatan Sunggal, Deli Serdang, Sumatera Utara.

## **1.3. Tujuan Masalah**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Tujuan Penelitian ini adalah mengetahui hubungan tingkat pengetahuan masyarakat dengan tinggi kolesterol di Desa Sei Mencirim, Kecamatan Sunggal, Deli Serdang, Sumatera Utara.

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

Yang menjadi tujuan khusus pada penelitian ini adalah :

Mengetahui Tingkat pengetahuan masyarakat tentang Tingginya kolesterol Serta pencegahan terhadap kolesterol dan menjaga kadar kolesterol normal pada masyarakat Desa Sei Mencirim, Kecamatan Sunggal, Deli Serdang, Sumatera Utara.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### **1.4.1. Bagi Institusi**

Hasil dari penelitian ini bisa menjadi sumber informasi mengenai pengetahuan masyarakat terhadap tinggi kolestrol di wilayah desa Sei Mencirim, Kecamatan Sunggal, Deli Serdang, Sumatera Utara .

### **1.4.2. Bagi Masyarakat**

Hasil dari penelitian ini bisa memberi manfaat untuk masyarakat untuk mengetahui pemahaman Masyarakat dengan tinggi kolestrol di kehidupan sehari hari dan sebagai pengingat agar masyarakat mengantisipasi kenaikan kolestrol serta rutin melakukan skrinning Kesehatan secara berkala di pusat pelayanan Kesehatan setempat.

### **1.4.3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil dari penelitian ini bisa memberi manfaat untuk peneliti sebagai penambah ilmu dan pengalaman dalam bidang penelitian. Serta menambah wawasan yang luas terkait judul penelitian yang diambil oleh peneliti.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1. Kolesterol

##### 2.1.1. Definisi Kolesterol

Kolesterol merupakan unsur penting dalam tubuh manusia, terlalu banyak atau terlalu sedikit kolesterol dalam tubuh dapat menyebabkan banyak penyakit. Makan makanan tinggi kolesterol, tidak berolahraga, merokok, dll. Kolesterol sudah tersedia di dalam tubuh. Jika tidak dapat penanganan dengan baik, dapat menyebabkan penyakit tidak menular (Solikin and Muradi, 2020).

Kolesterol berfungsi untuk membangun dinding sel dan menghasilkan hormon seperti kortikosteroid, estrogen, androgen, dan progesteron. Kolesterol yang dihasilkan oleh tubuh dapat memenuhi kebutuhan tubuh. Namun, seseorang dapat memiliki kolesterol tinggi. Biasanya berasal dari lemak hewani yang dimakan (Purnamasari, Rina Puspita., Tahiruddin., Indriastuti, 2020).

##### 2.1.2. Etiologi Kolesterol

Kolesterol merupakan salah satu komponen lemak atau zat lipid seperti yang kita ketahui, lemak merupakan salah satu zat yang sangat diperlukan oleh tubuh kita selain zat Gizi lainnya, seperti karbohidrat, protein, vitamin dan mineral. Lemak merupakan salah satu sumber energi yang memberikan kalori paling tinggi. Selain sebagai salah satu sumber energi, sebenarnya lemak atau Khususnya kolesterol memang merupakan zat yang paling dibutuhkan oleh tubuh kita Dan memiliki peranan penting dalam kehidupan manusia. Kolesterol secara terus – menerus dibentuk Atau disintesis di dalam hati (liver).

Bahkan sekitar 70% kolesterol dalam darah merupakan hasil sintesis di dalam hati, sedangkan sisanya berasal dari asupan makanan. Kolesterol juga merupakan bahan dasar pembentukan hormon - hormon steroid. tingginya kadar kolesterol maka akan semakin tinggi pula proses aterosklerosis berlangsung Berbagai penelitian

epidemiologi, biokimia maupun eksperimental menyatakan bahwa yang memegang peranan penting terhadap terbentuknya aterosklerosis adalah kolestrol (Naim, Muh. Rizman., Sri, Sulastri., Hadi, 2019).

### **2.1.3. Epidemiologi Kolesterol**

Kadar kolesterol total yang tinggi merupakan faktor resiko penyakit tidak menular atau seperti terbentuknya aterosklerosis dan sindrom metabolik. Jumlah penyakit tidak menular semakin menjadi masalah kesehatan di dunia termasuk Indonesia. Data kematian oleh World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa pada tahun 2008 dari total 57 juta kematian di dunia, sebanyak 36 juta diantaranya penyakit tidak menular. Penyakit yang menjadi penyebab kematian terbesar yaitu sebesar 39% adalah penyakit jantung. Peningkatan kejadian penyakit tidak menular terbesar terjadi di negara dengan ekonomi menengah dan miskin. Angka kematian tersebut akan terus meningkat. Pola makan masyarakat yang telah berubah seiring perkembangan zaman merupakan salah satu faktor terbesar. Perubahan tersebut membawa dampak buruk bagi kesehatan salah satunya peningkatan konsumsi makanan siap saji. Makanan siap saji mengandung kadar lemak yang tinggi sehingga dapat menyebabkan kadar kolesterol total darah sulit dikendalikan.

Menurut penelitian yang dilakukan di 8 negara Asia, 50% orang Asia tidak memenuhi tujuan yang direkomendasikan untuk menurunkan kolesterol jahat. Sedangkan tingkat kegagalan Indonesia mencapai 70%. Kondisi seperti penyakit jantung dan stroke terus menjadi penyebab utama kematian di Indonesia. Hasil Riskesdas 2013 menunjukkan bahwa sebagian besar perempuan Indonesia memiliki kolesterol di atas normal perempuan yaitu sebesar 39,6% jikadibandingkan dengan laki-laki sebesar 30% (Sinulingga, 2020).

#### 2.1.4. Klasifikasi Kolesterol

Penggolongan kolesterol terbagi dalam 3 jenis yaitu :

- a. *Low Density Lipoprotein* atau LDL adalah kolesterol jahat yang dapat menempel pada pembuluh darah. kadar kolesterol LDL yang terlalu banyak dapat mempersempit arteri dan meningkatkan risiko serangan jantung, stroke, dan penyakit berbahaya lainnya. Penumpukan lemak di lapisan dalam pembuluh darah (plak kolestrol) dapat mempersempit pembuluh darah dan mencegah kelancaran aliran darah. Kolestrol LDL yang normal adalah bila kadarnya dalam darah di bawah 100 mg/dl. Kolestrol LDL 100 – 129 mg/dl dimasukkan kategori perbatasan, apabila di atas 130 mg/dl dan disertai faktor risiko lain seperti merokok, obesitas, diabetes, tidak olahraga, apalagi jika sudah mencapai 160 mg/dl atau lebih (Pujani, 2022).
- b. High Density Lipoprotein (HDL) adalah lipid-protein kompleks yang didominasi oleh protein dan berfungsi untuk mengikat kolesterol dan trigliserida dalam sistem sirkulasi peredaran darah. HDL yang berikatan dengan kolesterol sebagai pembawa memiliki efek positif pada tubuh. Protein utama dalam kolesterol HDL telah ditemukan secara langsung melindungi terhadap aterosklerosis. Kolesterol HDL dapat membersihkan plak yang beradadi arteri dan membawanya ke hati untuk dikeluarkan dan digunakan kembali oleh tubuh (Hasan *et al.*, 2022).
- c. Trigliserida adalah bentuk lemak yang menyimpan energi dan merupakan bentuk yang paling banyak dalam makanan dan jaringan . Beberapa karbohidrat yang dimakan diubah menjadi trigliserida, yang kemudian disimpan di dan digunakan sebagai energi dari trigliserida. Dengan demikian, lebih dari separuh energi yang digunakan oleh sel diperoleh dari asam lemak dari trigliserida atau asam lemak dari karbohidrat. Trigliserida digunakan untuk energi dari makanan atau dari lemak yang disimpan dalam jaringan adiposa . Langkah pertama untuk

menggunakan trigliserida sebagai energi adalah hidrolisis trigliserida menjadi asam lemak dan gliserol. Trigliserida dari makanan dikatabolisme oleh enzim lipoprotein lipase, yang memecah trigliserida dalam darah menjadi asam lemak dan gliserol dan dapat diubah menjadi lemak baru dalam sel lemak. trigliserida yang disimpan di jaringan lemak dikatabolisme oleh lipase hormon-sensitif ditemukan di jaringan adiposa selanjutnya cadangan triglyceride menjadi asam lemak dan gliserol. Kemudian asam lemak dan gliserol ditranspor ke jaringan aktif dimana keduanya dioksidasi dan menghasilkan energi (Siregar and Makmur, 2020) .

#### **2.1.5. Faktor Resiko Kolesterol**

Ada banyak faktor yang mempengaruhi kolesterol darah, diantaranya adalah sebagai berikut:

- 1) Genetika tidak terlalu berhubungan dengan penyakit jantung. Pengaruh genetika, dari mereka diciptakan. Secara keseluruhan, sepertiga dari 4.444 perbedaan risiko disebabkan oleh genetika dan dua pertiganya karena faktor lain. Penelitian telah menunjukkan bahwa kadar kolesterol tinggi dalam darah dapat disebabkan secara genetik oleh diet tinggi lemak dan kolesterol. Meningkatnya kadar kolesterol dalam darah dan lebih banyak lemak dalam sel tubuh juga bisa disebabkan oleh faktor genetik. Meskipun tren ini bermanfaat, tren ini tidak selalu membaik.
- 2) Usia merupakan faktor risiko alami. Usia jelas mempengaruhi kesehatan masyarakat. Estrogen dapat mencegah plak di arteri dengan meningkatkan kadar HDL (high-density lipoprotein) dan menurunkan kadar LDL (low-density lipoprotein), tetapi selama kehamilan, kadar estrogen wanita turun. Oleh karena itu, wanita yang hamil memiliki risiko yang lebih tinggi dibandingkan dengan wanita premenopause.
- 3) Pelatihan diberikan secara tatap muka dan/atau jarak jauh melalui Open System. Pendidikan formal pada jenjang meliputi pendidikan dasar, pendidikan

menengah pada jenjang dan pendidikan tinggi. A. Pendidikan Dasar Pendidikan dasar adalah jenjang pendidikan yang dibangun di atas pendidikan menengah. Pendidikan Dasar Sekolah Dasar (SD) dan Madrasah Ibtidaiyah (MI) atau sederajat, Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Madrasah Tsanawiyah (MT) atau sederajat. ib Pendidikan menengah Pendidikan menengah .

Pendidikan lanjutan Pendidikan menengah meliputi pendidikan menengah dan pendidikan kejuruan menengah. Sekolah Menengah Atas (SMA), Madrasah Aliyah (MA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), dan Madrasah Aliyah Kejuruan (MAK) atau sederajat. Pendidikan Tinggi mengacu pada jenjang pendidikan setelah Pendidikan Tinggi yang meliputi program studi antara lain Pendidikan Tinggi, Diploma, Sarjana, Magister, Spesialisasi, dan Doktor. Pendidikan tinggi berlangsung secara terbuka. Kemajuan pendidikan akan meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan, perawatan gaya hidup dan nutrisi. Orang dengan pendidikan rendah seringkali tidak mendengarkan gaya hidup dan pola makan serta cara pencegahan hiperkolesterolemia (Soekidjo, 2018).

#### **2.1.6. Manifestasi Klinis Tingginya Kolesterol**

Tinggi Kolesterol (hiperkolesterolemia) biasanya ada gejala yang munculkan tetapi kadar kolesterol yang tinggi menjadikan aliran darah kental hingga oksigen berkurang, gejala kurang oksigen di tandai sakit kepala, Pegal- pegal bisa menjadi gejala pada penderita kolesterol tinggi. Oleh karena itu banyak yang tidak memiliki gejala sehingga lebih baiknya periksa minimal 1 tahun sekali (Memenuhi, Mencapai and Keperawatan, 2022).

**Tabel 2.1.Kadar LDL,HDL,dan Total Kolesterol**

<b>LDL ( Kolesterol Jahat )</b>	<b>Keterangan</b>
< 100	Optimal
101-129	Mendekati Optimal
130-159	Batas Normal Tertinggi
160-189	Tinggi
>190	Sangat Tinggi
<b>HDL ( Kolesterol Baik )</b>	<b>Keterangan</b>
< 40	Rendah
> 60	Tinggi
<b>Total <i>Cholesterol</i> ( TC)</b>	<b>Keterangan</b>
< 200	Yang diperlukan
201-239	Batas Normal Tertinggi
>240	Tinggi

### **2.1.7. Pemeriksaan Kadar Kolesterol**

Umumnya, pemeriksaan kadar kolesterol darah dilakukan dengan pengukuran kadar kolesterol darah dilakukan secara invasive dengan bab. Darah yang diambil dari tubuh diletakkan pada strip lalu selanjutnya alat akan mengukur kadar kolesterol dalam beberapa menit dan hasil pengukuran akan terlihat pada layar alat pengukur. Meskipun lebih akurat, pengukuran kadar kolesterol darah secara invasive dapat memiliki beberapa kekurangan, diantaranya biaya pengecekan yang terbilang cukup mahal (Fitri and Maisoha, 2020).

Masyarakat diedukasi tentang pentingnya deteksi tingginya kadar kolesterol agar pengobatan yang tepat dapat segera diberikan dan komplikasi yang tidak diinginkan dapat dicegah. Selanjutnya dilakukan pengenalan kepada para kader dan masyarakat tentang alat pemeriksaan digital tekanan darah kolesterol total darah, dan glukosa secara cepat, fungsi dan kegunaan alat, indikasi pemeriksaan, bagaimana cara penggunaan alat tersebut, dan cara pengambilan sampel darah kapiler serta cara membaca hasil pemeriksaan.

Masyarakat juga dapat di edukasi kapan harus memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan terdekat jika muncul gejala umum yang sering terjadi pada gangguan sindrom metabolik. Penyuluhan dilengkapi dengan pemberian leaflet agar informasi kesehatan yang diberikan saat penyuluhan dapat dibaca-baca ulang di rumah. Masyarakat juga diperkenankan untuk konsultasi mengenai penyakit yang sedang mereka atau keluarga mereka alami. Ada juga beberapa warga yang berobat, walaupun dalam kegiatan pengabdian ini penyelenggara tidak menyiapkan obat-obatan, sehingga warga yang minta untuk diperiksa dan berobat dibuatkan resep oleh para dokter yang bertugas. Terlihat masyarakat sangat antusias dan bersemangat untuk konsultasi dan diskusi tentang Tingginya kadar kolesterol (Hiperkolesterolemia) (Susilawati *et al.*, 2020).

### **2.1.8. Tinggi Kolesterol**

Hiperkolesterolemia adalah suatu kondisi dimana meningkatnya konsentrasi kolesterol dalam darah yang melebihi nilai normal. Dikatakan hiper kolesterol emia apabila jumlah kolesterol total dalam tubuh  $>200$  mg/dl.

Kolesterol mengganggu dan mengubah struktur pembuluh darah yang mengakibatkan gangguan fungsi endotel yang menyebabkan lesi, plak, oklusi, dan trombosis. Selain itu juga kolesterol diduga bertanggung jawab atas peningkatan stres oksidatif. (Aryani *et al.*, 2021).

### **2.1.9. Pencegahan Tinggi Kolesterol**

Cara pencegahan terjadinya kolesterol tinggi pada manumur berdasarkan Kementrian Kesehatan Republik Indonesia :

1. menerapkan pola makan sehat. Batasi konsumsi makanan yang mengandung kolesterol dan hindari konsumsi minuman beralkohol. Perbanyak makan sayur, buah-buahan, dan ikan.
2. Menurunkan berat badan berlebih. Dengan menurunkan berat badan, kadar kolesterol total juga dapat menurun.
3. Berolahraga secara teratur aktivitas fisik dapat memperbaiki kadar kolesterol dalam tubuh. Usahakan untuk berolahraga selama 30-60 menit tiap hari. Misalnya jogging, lari, bersepeda, atau berenang.
4. Menghentikan kebiasaan merokok. Merokok dapat meningkatkan risiko penyakit jantung koroner dan mempecepat penumpukan plak dalam (*Gambaran Kadar Kolesterol Pada Pada Pasien Dari Poliklinik Penyakit Dalam Dirumah Sakit Haji Medan, 2020*).

## **2.2. Pengetahuan**

### **2.2.1. Definisi Pengetahuan**

Pengetahuan yang dimiliki oleh manusia merupakan hasil upaya yang dilakukan oleh manusia dalam mencari suatu kebenaran atau masalah yang dihadapi. Kegiatan atau upaya yang dilakukan oleh manusia mencari suatu kebenaran atau masalah yang dihadapi pada dasarnya merupakan kodrat dari manusia itu sendiri atau lebih dikenal sebagai keinginan. Keinginan yang dimiliki oleh manusia akan memberikan dorongan bagi manusia itu sendiri untuk mendapatkan segala sesuatu yang diinginkan. Yang menjadi pembeda antara satu manusia dengan manusia

lainnya adalah upaya yang dilakukan manusia untuk mendapatkan keinginannya tersebut.

Dalam arti yang lebih sempit, pengetahuan adalah sesuatu yang hanya bisa dimiliki oleh manusia. Salah satu tokoh yang dikenal dengan konsep pengetahuan adalah Benjamin S Bloom. Bloom (1956) mengenalkan konsep pengetahuan melalui taksonomi bloom yang merujuk pada taksonomi untuk tujuan pendidikan dan telah mengklasifikasikan pengetahuan kedalam dimensi proses kognitif menjadi enam kategori yaitu, pengetahuan (knowledge), pemahaman (comprehension), aplikasi (application), analisis (analysis), sintesis (synthesis), dan evaluasi (evaluation). Model taksonomi ini dikenal sebagai Taksonomi Bloom.

Selanjutnya Anderson dan Krathwohl (2001) melakukan revisi mendasar atas klasifikasi kognitif yang pernah dikembangkan oleh Bloom, yang dikenal dengan Revised Bloom's Taxonomy (Darsini, Fahrurrozi and Cahyono, 2019).

### **2.2.2. Tingkat Pengetahuan**

Pengetahuan yang cukup didalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan yaitu

#### **1. Tahu (know)**

Tahu dapat diperhatikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali terhadap sesuatu yang spesifik dan seluruh bahan yang dipelajari. Tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain dengan menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan dan sebagainya.

#### **2. Memahami (comprehension)**

Memahami dapat diartikan sebagai kemampuan menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi dapat menjelaskan dan

menyimpulkan objek yang dipelajari.

### 3. Aplikasi (application)

Aplikasi dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya (real). Aplikasi ini dapat diartikan sebagai penggunaan hukum–hukum, rumus–rumus, prinsip dan sebagainya dalam konteks lain.

### 4. Analisis (analysis)

Analisis adalah kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

### 5. Sintesis (synthesis)

Sintesis menunjukkan pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian–bagian didalam suatu bentuk keseluruhan yang baru atau dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi–formulasi yang ada. Misalnya dapat menyusun, merencanakan, meringkas, menyesuaikan dan sebagainya terhadap suatu teori atau rumusan–rumusan yang telah ada.

### 6. Evaluasi (evaluation)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu yang telah ada.

## **2.2.3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Tingkat Pengetahuan**

Terdapat 8 hal yang mempengaruhi pengetahuan yaitu (Notoatmodjo, 2012):

### 1. Pendidikan

Tingkat pengetahuan seseorang akan membantu orang tersebut untuk lebih mudah menangkap dan memahami suatu informasi. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka tingkat pemahaman juga meningkat serta tepat dalam pengambilan sikap.

## 2. Pekerjaan.

Lingkungan pekerjaan dapat menjadikan seseorang mendapatkan pengalaman dan pengetahuan, baik secara langsung maupun tidak langsung.

## 3. Pengalaman

Pengalaman merupakan sebuah kejadian atau peristiwa yang pernah dialami oleh seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya.

## 4. Usia

Umur seseorang yang bertambah dapat membuat perubahan pada aspek fisik psikologis, dan kejiwaan. Dalam aspek psikologis taraf berfikir seseorang semakin matang dan dewasa. Semakin bertambah umur seseorang, semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga akan lebih mampu untuk menerima pengetahuan atau informasi yang baik.

## 5. Kebudayaan

Kebudayaan tempat dimana kita dilahirkan dan dibesarkan mempunyai pengaruh yang cukup besar terhadap terbentuknya cara berfikir dan perilaku kita.

## 6. Minat

Minat merupakan suatu bentuk keinginan dan ketertarikan terhadap sesuatu. Minat menjadikan seseorang untuk mencoba dan menekuni suatu hal dan pada akhirnya dapat di peroleh pengetahuan yang lebih mendalam.

## 7. Sumber informasi

Pengetahuan juga dipengaruhi oleh sumber informasi atau bacaan yang berguna bagi perluasan cakrawala pandang atau wawasan sehingga dapat meningkatkan

pengetahuan dan dapat dijadikan tempat bertanya tentang berbagai pengetahuan untuk memenuhi apa yang ingin di capai.

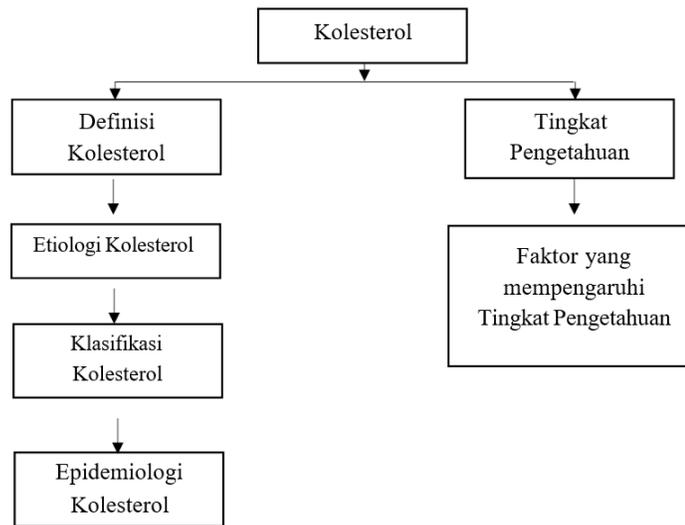
#### 8. Media

Contoh media yang didesain secara khusus untuk mencapai masyarakat luas seperti televisi, radio, koran, majalah, dan internet (V.A.R.Barao *et al.*, 2022).

#### **2.2.4. Pengetahuan Terhadap Kolesterol**

Pemberian pendidikan kesehatan sebagai proses awal dalam memberi informasi kepada responden untuk menjaga kesehatan dan menimbulkan kesadaran agar mampu mengubah perilaku yang tidak sehat terutama agar mengurangi kadar kolesterol dalam darah pada responden yang mengalami kolesterol tinggi. Dengan penyuluhan / pendidikan kesehatan diharapkan klien kolesterol tinggi dapat memodifikasi perilaku gaya hidupnya seperti membatasi asupan makanan berlemak, berhenti merokok , mengurangi stres , rajin beraktivitas / berolahraga , dan mengurangi berat badan agar kolesterol tidak meningkat . Pengetahuan merupakan sesuatu yang ada dalam pikiran manusia yang mana tanpa pemikiran tersebut maka pengetahuan itu tidak akan ada. Pengetahuan dapat terbentuk jika terdapat delapan struktur pemikiran manusia yaitu pengamatan , penyelidikan , percaya , keinginan , mengatur , menyesuaikan dan menikmati melalui pemikiran manusia itu sendiri (Nevy Norma Renityas, 2019).

### 2.3. Kerangka Teori



### 2.4 Kerangka Konsep

