



HUBUNGAN PERAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN DIET PADA PENDERITA KOLESTEROL DI DESA BUDUAN KECAMATAN SUBOH SITUBONDO

Puji Affan Dwi Miriyanto¹⁾, Alwin Widhiyanto²⁾, Yulia Rahmawati³⁾
STIKES Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan Probolinggo, Indonesia
Email Korespondensi: affanpuji@gmail.com

ABSTRAK

Kolesterol merupakan senyawa lemak kompleks dalam aliran darah atau sel tubuh yang dibutuhkan untuk pembentukan dinding sel dan sebagai bahan baku beberapa hormon, peran keluarga merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam memberikan dukungan ataupun pertolongan pada anggota keluarga yang menderita kolesterol terutama dalam kepatuhan terhadap program diet. Tujuan penelitian adalah menjelaskan beberapa faktor yang menyebabkan adanya hubungan peran keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita kolesterol di desa Buduan Kecamatan Suboh Situbondo. Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelasi, dilakukan pada tanggal 5 September sampai 30 September 2022 di Desa Buduan Kecamatan Suboh Kabupaten Situbondo dengan jumlah sampel yang diteliti sebanyak 27 responden dan di ambil secara *total sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu kuisioner peran keluarga dan kepatuhan diet kolesterol. Kemudian data di analisis menggunakan *uji Spearman*. Hasil penelitian didapatkan peran keluarga pada anggota keluarga yang menderita Kolesterol dengan kategori Baik sebanyak 21 responden (77,8%). Kepatuhan diet pada anggota keluarga yang menderita Kolesterol dengan kategori Patuh sebanyak 17 responden (63%). Sehingga ada hubungan peran keluarga terhadap kepatuhan diet pada penderita kolesterol di Desa Buduan Kecamatan Suboh Situbondo dengan $p \text{ value} = 0,005 < 0,05$. Peran keluarga sangat berpengaruh dalam menjaga kepatuhan terhadap program diet pada penderita kolesterol dalam menjaga kadar kolesterol tetap normal, sehingga dapat menekan terjadinya hiperkolesterol yang dapat berdampak komplikasi, salah satunya hipertensi dan diabetes mellitus.

Kata Kunci: *Peran Keluarga, Kepatuhan Diet Kolesterol*

ABSTRACT

Cholesterol is a complex fat compound in the bloodstream or body cells that is needed for the formation of cell walls and as a raw material for several hormones, the role of the family is one of the most important factors in providing support or assistance to family members who suffer from cholesterol, especially in compliance with the diet program. . The purpose of the study was to explain several factors that caused the relationship between family roles and dietary compliance in cholesterol sufferers in Buduan Village, Suboh Situbondo District. This research is a correlation analytic study, conducted from September 5 to September 30, 2022

in Buduan Village, Suboh District, Situbondo Regency with a total sample of 27 respondents and taken by total sampling. The instrument used was a questionnaire on the role of family and dietary cholesterol adherence. Then the data were analyzed using the Spearman test. The results showed that the role of the family in family members who suffered from cholesterol in the Good category was 21 respondents or 77.8%. Dietary adherence to family members who suffer from cholesterol in the Obedient category is 17 respondents or 63%. So that there is a relationship between the role of the family on dietary compliance in cholesterol sufferers in Buduan Village, Suboh Situbondo District with p value = $0.005 < 0.05$. The role of the family is very influential in maintaining adherence to the diet program in cholesterol patients in maintaining normal cholesterol levels, so that it can suppress the occurrence of hypercholesterolemia which can have an impact on complications, one of which is hypertension and diabetes mellitus.

Keywords: Role of family, Cholesterol diet compliance

PENDAHULUAN

Kolesterol merupakan senyawa lemak kompleks dalam aliran darah atau sel tubuh yang dibutuhkan untuk pembentukan dinding sel dan sebagai bahan baku beberapa hormon. Kolesterol dalam tubuh manusia dapat dihasilkan sendiri oleh organ hati, korteks, adreani, kulit, usus, lambung dan otak. Kolesterol juga dapat diperoleh dari luar tubuh yaitu melalui makanan hewani seperti daging, unggas, ikan, margarin dan susu (Maulidi 2016). Pemilihan gaya hidup dipengaruhi oleh perkembangan zaman, seperti munculnya produk-produk makanan yang dapat meningkatkan kadar kolesterol disebut seperti (makanan *junk food* dan *fast food*), pekerjaan yang aktivitas fisik rendah dan kurangnya kesadaran terhadap kesehatan seperti terlalu banyak mengkonsumsi makanan yang mengandung lemak serta kurangnya asupan serat yang dapat memicu terjadinya penyakit degeneratif (penurunan fungsi jaringan dan organ) (Herawati, 2020).

Semakin tua usia seseorang maka fungsi organ tubuh semakin menurun, begitu juga dengan penurunan aktivitas reseptor LDL bercak perlemakan dalam tubuh semakin meningkat dan menyebabkan kadar kolesterol total lebih tinggi, sedangkan kadar kolesterol HDL relatif tidak berubah (Lestari et al, 2018). Usia lanjut merupakan proses alami yang tidak dapat dihindarkan. Tahap dewasa merupakan tahap tubuh mencapai titikmaksimal, tubuh akan mulai menyusut dikarenakan berkurangnya jumlah sel-sel yang ada dalam tubuh. Efeknya 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 dan mengalami penurunan fungsi sehingga menjadi rentan terhadap timbulnya penyakit yang bersifat multi organ (Pudjiastuti & Utomo, 2002) dalam (Dewi et al., 2016)

Kebiasaan makan yang tidak baik akan membuat lambung sulit untuk beradaptasi sehingga tubuh memproduksi asam lambung berlebihan jadi dapat mengiritasi dinding mukosa pada lambung. Akibatnya, lambung akan mengalami luka - luka (ulkus) yang juga dapat menimbulkan perdarahan saluran cerna bagian atas berupa muntah darah, melena, perforasi dan anemia karena gangguan absorpsi vitamin B12 (anemia pernisiiosa) bahkan dapat menimbulkan kanker lambung. Kondisi tersebut menyebabkan timbulnya rasa nyeri pada perut bagian atas, sakit kepala yang mengganggu aktivitas sehari - hari dan mual. (Sheta, 2017).

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, 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 lakilaki dan perkotaan lebih banyak dari pedesaan. Data Riskesdas mempunyai proporsi LDL yang sangat tinggi (≥ 500 mg/dl) (Anwar TB, 2004) dalam (Lestari et al, 2018). Data dinas kesehatan Jawa Timur, pada tahun 2018 jumlah kadar kolestrol tinggi pada usia lansia 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 Jatim, 2018). Dinas Kesehatan Situbondo bahwa ada 58,55% penduduk usia ≥ 3 tahun di Kabupaten Situbondo mengkonsumsi makanan berlemak/berkolesterol/gorengan ≥ 1 kali per hari.

METODE PENELITIAN

Dilakukan pada tanggal 5 September sampai 30 September 2022 di Desa Buduan Kecamatan Suboh dengan jumlah sampel 27 orang dengan teknik *sampling* total *sampling*. Instrumen kuisioner kepatuhan diet dan peran keluarga. Kemudian data di analisis menggunakan *uji spearman*.

HASIL PENELITIAN

Tempat penelitian di Desa Buduan Kecamatan Suboh Kabupaten Situbondo. Menurut data dari Puskesmas Suboh. Adapun hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 1 Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Usia Pada Penderita Kolesterol di Desa Buduan Kecamatan Suboh Situbondo pada bulan September 2022

Usia	Frekuensi (F)	Prosentase (%)
60 – 65 Tahun	19	70,4
66 – 74 Tahun	8	29,6
Jumlah	27	100

Berdasarkan tabel 5.1 diatas didapatkan bahwa usia yang terbanyak ialah berumur 60-65 tahun sebanyak 19 responden (70,4%) sedangkan sisanya berumur 66-74 tahun sebanyak 8 responden (29,6%).

Tabel 2 Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Penderita Kolesterol di Desa Buduan Kecamatan Suboh Situbondo pada Bulan September 2022

Jenis Kelamin	Frekuensi (F)	Prosentase (%)
Lk	12	44,4
Pr	15	55,6
Jumlah	27	100

Berdasarkan tabel 5.2 diatas didapatkan bahwa jenis kelamin yang terbanyak adalah laki-

laki sebanyak 15 responden (55,6%) sisanya jenis kelamin perempuan sebanyak 12 responden (44,4%).

Tabel 3: Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Tingkat Pendidikan Pada Penderita Kolesterol di Desa Buduan Kecamatan Suboh Situbondo Bulan September 2022.

Pendidikan	Frekuensi (F)	Prosentase (%)
SD	8	29,6
SMP	4	14,8
SMA	15	55,6
Jumlah	27	100

Berdasarkan tabel 5.3 diatas didapatkan bahwa tingkat pendidikan terakhir responden yang terbanyak adalah SD sebanyak 8 (29,6%), pendidikan SMP sebanyak 4 (14,8%), pendidikan SMA sebanyak 15 (55,6%).

Tabel 4 Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Peran Keluarga Pada Penderita Kolesterol di Desa Buduan Kecamatan Suboh Situbondo pada Bulan September 2022.

Peran Keluarga	Frekuensi (F)	Prosentase (%)
Kurang	2	7,4
Cukup	4	14,8
Baik	21	77,8
Jumlah	27	100

Berdasarkan tabel 5.4 diatas didapatkan bahwa peran keluarga pada lansia penderita kolesterol dengan kategori Baik sebanyak 21 responden (77,8%), kategori sebanyak 4 responden (14,8%) dan kategori kurang sebanyak 2 responden (7,4%).

Tabel 5: Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Kepatuhan Diet Penderita Kolesterol di Desa Buduan Kecamatan Suboh Situbondo Pada Bulan September 2022.

Kepatuhan Diet	Frekuensi (F)	Prosentase (%)
Tidak Patuh	10	37,0
Patuh	17	63,0
Jumlah	27	100

Berdasarkan tabel 5.5 didapatkan bahwa kepatuhan diet pada lansia penderita kolesterol dengan kategori Patuh sebanyak 17 responden (63,0%) dan kategori Tidak Patuh sebanyak 10 responden (37,0%).

Tabel 6 Responden Hubungan Peran Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Pada Penderita Kolesterol di Desa Buduan Kecamatan Suboh Situbondo Bulan September 2022.

Peran Keluarga	Kepatuhan Diet				Total	
	Patuh		Tidak Patuh		F	%
	F	%	F	%		
Kurang	2	7,4	0	0,0	2	7,4

Cukup	3	11,1	1	3,7	4	14,8
Baik	5	18,5	16	59,3	21	77,8
Jumlah	10	37,0	17	63,0	27	100,0

Berdasarkan tabel 5.6 didapatkan bahwa peran keluarga dengan kategori baik dan patuh terhadap diet kolesterol sebanyak 5 penderita (18,5%), peran keluarga dengan kategori baik dan tidak patuh terhadap diet kolesterol sebanyak 16 penderita (58,3%), peran keluarga dengan kategori cukup dan patuh terhadap diet kolesterol sebanyak 3 penderita (11,1%), peran keluarga dengan kategori cukup dan tidak patuh terhadap diet kolesterol sebanyak 1 penderita (3,7%) dan peran keluarga dengan kategori kurang dan patuh terhadap diet kolesterol sebanyak 2 penderita (7,5%), peran keluarga dengan kategori kurang dan tidak patuh terhadap diet kolesterol sebanyak 0 penderita (0,0%).

Table 7: Hasil Uji Rank Spearman

		Peran Keluarga	Kepatuhan Diet
Spearman's rho	Peran Keluarga	Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (2-tailed)	.522**
		N	.005
	Kepatuhan Diet	Correlation Coefficient	27
		Sig. (2-tailed)	27
N	.522**	1.000	
		.005	.
		27	27

Berdasarkan tabel 5.7 diatas menunjukkan bahwa hasil pengukuran uji statistic yang dilakukan peneliti dengan menggunakan uji rank spearman dengan SPSS for Windows 20 memperoleh nilai korelasi sebesar 0,522 dengan nilai signifikan 0,005 hal ini lebih kecil dari 0,05 sehingga Ho ditolak artinya ada hubungan peran keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita kolesterol di desa Buduan Kecamatan Suboh Kabupaten Situbondo.

PEMBAHASAN

Peran Keluarga Pada Penderita Kolesterol di Desa Buduan Kecamatan Suboh Situbondo.

Hasil analisis tabel 5.4 didapatkan nilai peran keluarga pada penderita kolesterol dengan kategori Baik sebanyak 21 responden (77,8%), kategori sebanyak 4 responden (14,8%) dan kategori kurang sebanyak 2 responden (7,4%). Harmoko, (2013) menyatakan bahwa peran keluarga yang baik sangat diperlukan untuk manajemen perawatan kolesterol untuk manajemen perawatan kolesterol pada penderita kolesterol, peran keluarga formal maupun informal diharapkan bisa membantu manajemen yang baik bagi penderita kolesterol ,dalam arti bahwa anggota keluarga memerankan sesuai perannya dan mendukung manajemen perawatan kolesterol. Adanya keterlibatan anggota keluarga secara lansung untuk membantu pasien kolesterol merupakan salah satu wujud bentuk dukungan agar

managemen perawatan kolesterol yang dilakukan dengan baik diharapkan pasien kolesterol dapat menjaga tekanan darahnya dengan normal. Keluarga merupakan *support system* atau berfungsi sebagai sistem yang mendukung bagi anggotanya dan anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung, selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan. fungsi keluarga dalam pemeliharaan dan perawatan adalah mempertahankan keadaan kesehatan anggota keluarga agar tetap memiliki produktivitas tinggi (Pranata, 2018).

Berdasarkan data dan teori peran keluarga dalam kepatuhan diet kolesterol yaitu memberikan perawatan dengan mengatur porsi makan klien secara tepat jumlah, memperhatikan jadwal makan klien secara tepat jadwal dan mengontrol jenis makanan secara tepat jenis maka dari itu, seseorang yang menderita penyakit kolesterol maka harus lebih memperhatikan jumlah asupan makanan yang dibutuhkan, memperhatikan jenis bahan makanan yang baik dikonsumsi yang dibatasi maupun dianjurkan dan memperhatikan jadwal makan yang sudah di jadwalkan. Peran keluarga sangat diperlukan oleh klien kolesterol karena keluarga merupakan *support system* bagi klien kolesterol. Klien akan termotivasi menjadi percaya diri akan kesembuhannya, lebih merasa dirinya masih berguna dalam suatu keluarga tersebut, mendapatkan perawatan yang maksimal dan senantiasa diingatkan dalam menjalani terapi diet maupun dalam hal untuk tetap berdoa meminta kesembuhan kepada Tuhan.

Kepatuhan Diet Pada Penderita Kolesterol di Desa Buduan Kecamatan Suboh Situbondo.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.5 diatas, kepatuhan diet pada penderita kolesterol dengan kategori Patuh sebanyak 17 responden (63,0%) dan kategori Tidak Patuh sebanyak 10 responden (37,0%). Secara teori, Kepatuhan adalah istilah yang dipakai untuk menjelaskanketaatan atau pasrah pada tujuan yang telah ditentukan. Kepatuhan dari program kesehatan merupakan perilaku yang dapat diobservasi dan dengan begitu dapat langsung diukur (Bastable 2002 di dalam Tri Sulistriyani 2013). Menurut Rachmat (2002) yang dikutip oleh Tri Sulistriyani (2013), bahwa faktor – faktor yang mempengaruhi kepatuhan penderita terhadap terapi motivasi diri, persepsi, dukungan keluarga, kepercayaan diri, dukungan dari petugas kesehatan.

Berdasarkan data dan teori tersebut maka peneliti berpendapat 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.

Analisa Hubungan Peran Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Pada Penderita Kolesterol di Desa Buduan Kecamatan Suboh Situbondo

Berdasarkan tabel 5.6 didapatkan bahwa peran keluarga dengan kategori baik dan patuh terhadap diet kolesterol sebanyak 5 penderita (18,5%), peran keluarga dengan kategori baik dan tidak patuh terhadap diet kolesterol sebanyak 16 penderita (58,3%), peran keluarga dengan kategori cukup dan patuh terhadap diet kolesterol sebanyak 3 penderita (11,1%), peran keluarga dengan kategori cukup dan tidak patuh terhadap diet kolesterol sebanyak 1 penderita (3,7%) dan peran keluarga dengan kategori kurang dan patuh terhadap diet kolesterol sebanyak 2 penderita (7,5%), peran keluarga dengan kategori kurang dan tidak patuh terhadap diet kolesterol sebanyak 0 penderita (0,0%).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan peran keluarga

terhadap kepatuhan diet pada penderita kolesterol di Desa Buduan Kecamatan Suboh Situbondo, ($p\text{-value} = 0,005 < \alpha = 0,05$) diperoleh $p\text{ value}$ 0,005 dan tingkat keeratan 0,522. Nilai $p\text{ value} < \alpha$, maka H_0 ditolak artinya ada hubungan peran keluarga dengan kepatuhan diet kolesterol pada penderita yang mengalami hipertensi, dengan keeratan hubungan 52,2%

Berdasarkan data dan teori peran keluarga terhadap kepatuhan diet pada penderita Kolesterol sangat erat kaitannya dengan kepatuhan penderita dalam menjalankan dietnya. Hal itu disebabkan karena keluarga mempunyai hubungan yang sangat erat dengan kehidupan tiap anggota. Oleh karena itu diharapkan kesadaran bagi keluarga agar memberikan dukungan penuh terhadap anggota keluarganya yang menderita kolesterol agar menjalankan diet dengan patuh.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa Hubungan Peran Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet pada Penderita Kolesterol di Desa Buduan Kecamatan Suboh Situbondo, didapatkan kesimpulan sebagai berikut: Peran keluarga pada penderita Kolesterol dengan kategori Baik sebanyak 21 responden atau sebesar 77,8%. Kepatuhan diet pada penderita Kolesterol dengan kategori Patuh sebanyak 17 responden atau sebesar 63%. Ada hubungan peran keluarga terhadap kepatuhan diet pada penderita kolesterol di Desa Buduan Kecamatan Suboh Situbondo dengan $p\text{value} = 0,005 < 0,05$.

Saran bagi institusi pendidikan diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan referensi dalam proses belajar mengajar baik untuk kalangan mahasiswa, pendidikan sarjana maupun profesi mengenai intervensi untuk mengetahui peran keluarga dalam menjaga anggota keluarganya yang menderita kolesterol. Bagi Profesi Perawat Penelitian dapat diaplikasikan dalam intervensi keperawatan dalam membantu mengatasi permasalahan peran keluarga terhadap kepatuhan diet pada Lansia dengan kolesterol yang mengalami kurangnya pengetahuan, serta meningkatkan kemampuan dalam memahami hubungan peran keluarga terhadap kepatuhan diet pada Lansia dengan kolesterol. Bagi Lahan Penelitian khususnya faskes, diharapkan menjadi bahan masukan dalam meningkatkan kualitas pelayanan dan promosi kesehatan bagi pasien agar tenaga medis di puskesmas mampu mengontrol kepatuhan diet pasien dengan melihat peran keluarga yang didapatkan pasien hiperkolesterol. Responden diharapkan dapat memberikan pengetahuan tambahan pada para pasien dan keluarga pasien yang mengalami kolesterol dalam memahami pentingnya kepatuhan diet pada pasien kolesterol sehingga mengurangi angka kejadian dampak dari kolesterol sendiri serta membuat keluarga lebih memperhatikan kondisi pasien dengan memberikan dukungan baik secara emosional ataupun dukungan yang lain. Diharapkan bisa menjadi satu sarana untuk mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang telah diperoleh selama mengikuti masa perkuliahan di Program Studi Ilmu Keperawatan dan sebagai data dasar untuk melakukan penelitian lebih lanjut pada keluarga dengan penderita kolesterol, sehingga dapat menekan terjadinya hiperkolesterol yang dapat berdampak komplikasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Akrom dan Nurwijayanti, 2015. *Brief Counseling and Mobile Phone Short Message Service (SMS) Increase Patient Compliance. International Journal of Pharma Medicine and Biological Sciences.*
- Ardiastama, Sudaryanto & Muhlisin, 2014. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap dengan Kepatuhan Diet Kolesterol pada Lanjut Usia Penderita di Desa Kartasura. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- Budiarto, 2012. *Metodologi Penelitian Kedokteran: Sebuah Pengantar*. Jakarta: EGC.
- Candra, 2012. Cek Kolesterol Tak Perlu Puasa?. Diakses 22 Februari 2017. Dari: <http://nasional.kompas.com/read/2012/11/14/1004290/Cek.Kolesterol.Tak.Perlu.Puas.a>.
- David, 2016. *Manajemen Strategik: Suatu Pendekatan Keunggulan Bersaing - Konsep Edisi 15*, Jakarta: Salemba Empat.
- Depkes RI, 2012. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014. [di akses dari <http://www.depkes.go.id> pada tanggal 08 Juni 2022].
- Desrelia et al., 2020. Efektivitas Jus Buah Pepaya Terhadap Penurunan Kolesterol Pada Penderita Hiperkolestrol Di Puskesmas Kampar Tahun 2020. *Jurnal Ners*, 4(23), 11–20.
- Dewanti, 2010. *Kolesterol, Asam Urat, dan Diabetes Melitus*. Klaten: Buku Pintar Kesehatan.
- Din, N. M. 2015. Kepatuhan Pasien Dalam Upaya Pengontrolan Kolesterol pada Kasus Hiperkolesterolemia. Karya Tulis Ilmiah, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
- Dinas Kesehatan Pemerintah Provinsi Jawa Timur, 2019.
- Friedman, 2010. *Buku ajar keperawatan keluarga*. Jakarta: EGC.
- Herawati, 2020. Pantangan Makanan dan Minuman yang Jadi Penyebab Darah Tinggi. Diakses 27 Mei 2017. Dari <http://www.tribunnews.com/tribunners/2017/05/11/pantangan-makan-danminuman-yang-jadi-penyebab-darah-tinggi>.
- Hidayat & Aziz, 2018. *Pengantar Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba.
- Ismil, 2016. Pengembangan Video Animasi Pembelajaran Berbasis Powtoon pada Kelas 2 Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam di SD Labschool UNNES". Skripsi. Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang.
- Kozier, 2011. Buku Ajar Fondamental Keperawatan: Konsep, Proses & Praktik, Volume : 1, Edisi : 7, EGC: Jakarta
- Lestari, 2012. Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik. Dalam Keluarga. Jakarta: Kencana.
- Li Ping, Damajanty, & Herlina, 2013. Pengaruh Senam Bugar Lanjut Usia terhadap Kadar Kolesterol. Naskah Publikasi, Universitas Samratulangi Manado.
- Lin, et.al, 2016. Pemberian Edukasi atau Informasi Kesehatan melalui Home Visit bagi Pasien dengan Kolesterol Tinggi. *Journal of Health*.
- Notoadmojo, 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Nursalam 2013. *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis, Edisi 3*. Jakarta. Salemba Medika
- Padila, 2013. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta. Nuha Medika
- Putri, 2016. Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Kolesterol Darah pada Pasien Penyakit Jantung Koroner di RSUP DR. M. Djamil Padang Tahun 2016. Padang: Universitas Andalas.
- Restyani, 2015. Hubungan Pola Konsumsi Lemak Jenuh dan Obesitas Sentral terhadap Kadar Kolesterol Total (Studi pada Mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Malang). Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Saifunurmazah, 2013. Kepatuhan Penderita Diabetes Mellitus Dalam Menjalani Terapi Olahraga Dan Diet, Skripsi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, Semarang.
- Setiadi, 2018. *Konsep dan Proses Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta. Graha.
- Setiati, 2019. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam . 6th rev. Jakarta : Internal Publishing Pusat Penerbitan Ilmu Penyakit Dalam; 2015. h. 2014 -1134.

- Setiawan, 2014. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Pasien Kolesterol di RS PKU Aisyiyah Boyolali. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Steven, Christopher & Alfonso, 2013. *The animated history of the GIF, the internet's favorite format*. Diakses pada 28 Mei 2022 dari situs <https://www.dailydot.com/upstream/gif-history-steve-wilhite-olia-liali-na-interview/>
- Tunggul, Rimbawan dan Nuri, 2013. Hubungan Antara Konsumsi Pangan Dan AKtivitas Fisik dengan Kadar Kolesterol Dara Pria Dan Wanita Dewasa di Bogor,Bogor, 8 (1):9-16.
- Violita, 2015. Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Minum Obat Pasien Kolesterol Di Wilayah Kerja Puskesmas Segeri. Skripsi.
- WHO, 2009. Lansia. <http://eprints.undip.ac.id/12804>. Diakses 18/02/2017.
- Winda, Rooije & Tinny, 2016. Hubungan Pengetahuan Dengan Tindakan Pencegahan Pasien Hiperkolesterolemia Di Wilayah Puskesmas Touluaan Kecamatan Touluaan Kabupaten Minahasa Tenggara. Skripsi. Universitas Sari Putra Indonesia Tomohon.
- Yovina, 2012. *Kolesterol? Siapa Takut!!*. Yogyakarta: Pinang Merah.
- Yuliana, 2014. Hubungan antara dukungan sosial keluarga dan self efficacy dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak retardasi mental di slb negeri semarang [Skripsi]. Universitas Diponegoro.