

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian

ANALISIS TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA TENTANG HIPERKOLESTEROLEMIA DI SMA NEGERI 2 KOTA PAREPARE

A. IDENTITAS RESPONDEN

NAMA :

Jenis Kelamin;

Umur :

B. PETUNJUK PENGISIAN

Jawablah pertanyaan ini sesuai dengan pendapat anda, berilah tanda (x) pada huruf a,b,c, dan d pada jawaban yang menurut anda paling benar.

KUESIONER PENGETAHUAN

1. Apa pengertian Hiperkolesterolemia yang anda ketahui ?
 - a. Kadar kolesterol normal dalam darah
 - b. Kadar kolesterol tinggi dalam darah
 - c. Kadar kolesterol rendah dalam darah
 - d. Penyakit yang disebabkan oleh kekurangan kolesterol dalam tubuh
2. Faktor apa yang dapat meningkatkan risiko seseorang terkena hiperkolesterolemia
 - a. Konsumsi makanan sehat dan rendah lemak
 - b. Olahraga teratur
 - c. Pola makan tinggi lemak jenuh dan kolesterol
 - d. Konsumsi makanan tinggi serat
3. Apa yang bisa dilakukan untuk mengendalikan hiperkolesterolemia
 - a. Mengonsumsi makanan tinggi lemak jenuh
 - b. Mengubah pola makan menjadi lebih sehat, dengan mengurangi konsumsi lemak jenuh
 - c. Tidak melakukan aktivitas fisik
 - d. Menghindari merokok dan minuman beralkohol

4. Apa dampak buruk dari hiperkolesterolemia yang tidak diobati
 - a. Tidak ada dampak
 - b. Penyakit jantung dan stroke
 - c. Kulit kering
 - d. Masalah kesehatan pada organ-organ vital
5. Apa yang dimaksud dengan kolesterol “ baik”(HDL) dan “buruk”(LDL)
 - a. HDL: Kolesterol yang tinggi dapat meningkatkan risiko penyakit jantung
LDL: Kolesterol yang rendah baik untuk kesehatan
 - b. HDL: Kolesterol yang rendah baik untuk kesehatan
LDL : Kolesterol yang tinggi dapat meningkatkan risiko penyakit jantung
 - c. HDL: Kolesterol yang tinggi baik untuk kesehatan
LDL: Kolesterol yang rendah baik untuk kesehatan
 - d. HDL :Kolesterol yang bersifat merusak karena menumpuk di pembuluh
dara
LDL : Kolesterol yang membawa dari seluruh tubuh ke hati untuk di
proses
6. Apa yang bisa dilakukan untuk menurunkan kadar kolesterol dalam darah?
 - a. Minum lebih banyak alkohol
 - b. Mengonsumsi makanan tinggi lemak
 - c. Mengonsumsi lebih banyak serat, buah-buahan dan sayuran
 - d. Tidak melakukan aktivitas fisik
7. Siapa yang seharusnya memeriksa kadar kolesterol secara teratur
 - a. Hanya orang tua
 - b. Orang dengan riwayat keluarga penyakit jantung
 - c. Semua orang terutama diatas usia 20 tahun
 - d. Semua jawaban benar
8. Apa yang bisa menjadi tanda dan gejala hiperkolesterolemia?
 - a. Sakit kepala
 - b. Nyeri pada sendi
 - c. Plak atau bintik kuning di sekitar mata
 - d. Kram perut
9. Apa peran genetik dalam risiko seseorang terkena hiperkolesterolemia?
 - a. Genetik tidak memiliki peran dalam hiperkolesterolemia
 - b. Genetik dapat mempengaruhi metabolisme kolesterol
 - c. Genetik hanya mempengaruhi warna rambut
 - d. Genetik hanya mempengaruhi tinggi badan
10. Berapa kadar LDL yang dianggap tinggi dan meningkatkan risiko penyakit
jantung?
 - a. Kurang dari 100mg/dl
 - b. Antara 100-129mg/dl

- c. Antara 160mg/dl
- d. LDL diatas 190mg/dl

11. Apa penyebab utama hiperkolesterolemia?

- a. Kurang tidur
- b. Konsumsi makanan tinggi lemak jenuh
- c. Latihan fisik berlebihan
- d. Konsumsi air berlebihan

12. Bagaimana cara mendiagnosis hiperkolesterolemia?

- a. Melalui tes urin
- b. Melalui tes darah
- c. Melalui tes mata
- d. Melalui tes pendengaran

13. Manakah dari berikut ini yang merupakan komplikasi yang dapat terjadi akibat hiperkolesterolemia?

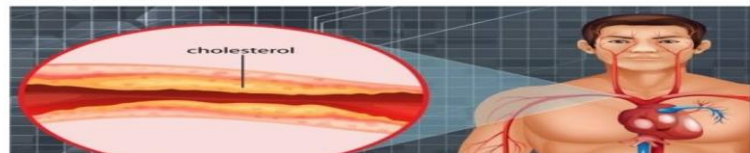
- a. Serangan jantung
- b. Stroke
- c. Penyakit arteri perifer
- d. Semua jawaban benar

HIPERKOLESTEROLEMIA



Apa itu Hiperkolesterolemia ?

- Hiperkolesterolemia adalah kondisi medis di mana kadar kolesterol dalam darah lebih tinggi dari batas normal. Kolesterol ini adalah zat yang penting bagi tubuh, tetapi apabila dalam jumlah yang berlebih akan mengakibatkan penumpukan di dinding arteri dan meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular.



•Faktor risiko Hiperkolesterolemia

- Riwayat keluarga dengan hiperkolesterolemia
- Konsumsi makanan tinggi lemak jenuh
- Kurang aktifitas fisik, obesitas, dan merokok
- Usia dan jenis kelamin



• Gejala dan tanda Hiperkolesterolemia

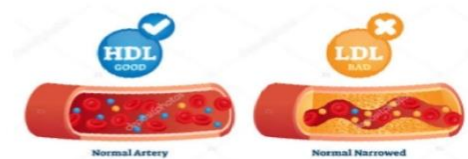
- Nyeri dada
- Kaku pada otot leher
- Muncul benjolan lemak di kelopak mata
- sering merasa kesemutan pada kaki

Dampak Hiperkolesterolemia

- Aterosklerosis: penyempitan dan pengerasan arteri akibat penumpukan plak
- jantung koroner
- Stroke : risiko meningkat jika plak pecah dan menghalangi aliran darah ke otak
- Penyakit arteri perifer : gangguan aliran darah ke anggota tubuh lainnya.

Jenis – jenis kolesterol

- LDL(Low-Density Lipoprotein)
sering disebut “ kolesterol jahat” karena menyebabkan penumpukan plak di arteri
- HDL (High- Density Lipoprotein)
dikenal sebagai “ kolesterol baik” karena membantu mengangkut kolesterol jahat dari arteri ke hati untuk di keluarkan dari tubuh.



Kadar LDL dan klasifikasinya

- Kadar LDL normal : kurang dari 100mg/dl
- Batas tinggi : 100-129 mg/dl
- Tinggi : 130-159 mg dl
- Sangat tinggi : 160-189mg/dl
- Sangat berisiko: 190mg/dl atau lebih

Cara pengendalian Hiperkolesterolemia

- Diet sehat: kurangi asupan lemak jenuh, perbanyak konsumsi serat, buah, dan sayuran
- Aktivitas fisik : olahraga secara teratur(30 menit perhari)
- berhenti merokok
- Pengelolaan berat badan: menjaga berat badan ideal



Lampiran 3. Format persetujuan melakukan penelitian



FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PAREPARE
 Alamat : Jln. Muhammadiyah No. 08 Tlp. 0421-21608 Parepare
 : Jln. Jend. Ahmad Yani Km. 06 Tlp. 0421-22757 Parepare

FORMAT PERSETUJUAN MELAKUKAN PENELITIAN

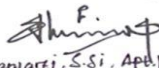
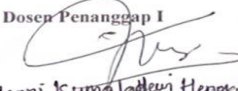
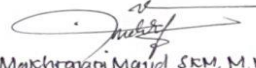
Yang bertanda tangan di bawah ini, Dosen Pembimbing dan Dosen Penanggap dari Mahasiswa:

Nama	: MUHAMMAD SUCI RAMADHAN RAHMATULLAH
NIM	: 220240047
Tempat/Tgl Lahir	: Parepare, 25 November 2001
Alamat	: Jl. Gelora Mandiri Perumahan Sunrise City
No.HP/Email	: muhsuciramadhann@gmail.com
Konsentrasi	: Epidemiologi
Judul Penelitian	: Analisis Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Hiperkolesterolemia Di SMA Negeri 2 Kota Parepare.

Tanggal Seminar	: Kamis, 25 Februari 2024
Dosen Pembimbing	: 1. Hanarti, S.Si, Apt-M.Kes 2. Maichrayani Majid, SKM, M.Kes
Dosen Penanggap	: 1. Henni Kumaladewi Hontagky SKM, M.Kes 2. Dirman Sudarman, SKM, M.Kes

Menerangkan bahwa Mahasiswa tersebut di atas telah memenuhi syarat untuk melakukan penelitian atau pengumpulan data.

Parepare, 13 Mei 2024

Dosen Pembimbing I  <u>Hanarti, S.Si, Apt-M.Kes</u> Dosen Penanggap I  <u>Henni Kumaladewi Hontagky, SKM, M.Kes</u>	Dosen Pembimbing II  <u>Maichrayani Majid, SKM, M.Kes, Mp</u> Dosen Penanggap II <u>Dirman Sudarman, SKM, M.Kes</u>
---	--

Lampiran 4. Surat Permohonan Izin Penelitian



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PAREPARE
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
(RESEARCH INSTITUTE AND COMMUNITY SERVICES)

Alamat : Gedung F3.19 Kampus II UMPAR, Jl. Jend. Ahmad Yani KM. 6 Kota Parepare, Kode Pos 91113, e-mail : ippm@umpar.ac

بسم الله الرحمن الرحيم

Nomor : 0261/LPPM/II.3.AU/IP/2024
Lampiran : -
Perihal : **Permohonan Izin Penelitian**

Kepada Yth
KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PTSP PROV. SULSEL
di-
Makassar

Assalamu Alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Muhammadiyah Parepare, menerangkan bahwa:

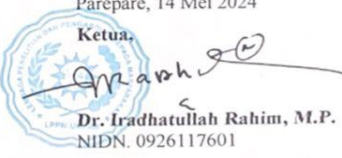
Nama	: Muhammad Suci Ramadhan Rahmatullah
NIM	: 220 240 047
Fakultas/Prodi	: Ilmu Kesehatan/Kesehatan Masyarakat

Adalah Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Parepare yang bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul "**Analisis Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Hiperkolesterolemia di SMA Negeri 2 Parepare**".

Sehubungan dengan hal tersebut, dimohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan izin penelitian kepada Mahasiswa tersebut selama 1 (satu) Bulan di SMA Negeri 2 Parepare. Atas Perhatian dan kerjasamanya, diucapkan terima kasih.

Wassalamu Alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Parepare, 14 Mei 2024



Ketua.
Dr. Iradhatullah Rahim, M.P.
NIDN. 0926117601

Tembusan Yth

1. Ketua BPH UMPAR
2. Wakil Rektor I UMPAR
3. Wakil Rektor III UMPAR
4. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UMPAR
5. Sdr. Muhammad Suci Ramadhan Rahmatullah
6. Arsip

Lampiran 5. Surat keterangan penelitian



SURAT KETERANGAN PENELITIAN
Nomor : 421.3 / 180-UPT SMAN.02 / PRP / DISDIK

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala UPT SMA Negeri 2 Parepare menerangkan bahwa :

Nama : MUHAMMAD SUCI RAMADHAN RAHMATULLAH
NIM : 220240047
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Pekerjaan/Lembaga : Mahasiswa (S1)

Benar yang tersebut namanya di atas telah mengadakan Penelitian di UPT SMA Negeri 2 Parepare pada tanggal 17 Mei s/d 21 Mei berdasarkan surat dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu, Nomor : 11955/S.01/PTSP/2024 tanggal 15 Mei 2024 dengan judul penelitian :

**"ANALISIS TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA TENTANG HIPER KOLESTEROL
EMIA DI SMA NEGERI 2 KOTA PAREPARE "**

Demikian surat keterangan ini dibuat dan diberikan kepadanya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.



Parepare, 21 Mei 2024
Kepala UPT SMA Negeri 2 Parepare

MARDIAH, S.Pd., M.Pd.
Pangkat : Pembina Tk.I
NIP. 19800906 200212 2 005



#BerAKHLAK
#SIPAKATAU

#CERDASKI'

• Cekatan • berEtika • berintegritas • berDisiplin
• Akuntabel • Bekerja • Kolaboratif • Inovatif

SETULUS HATI, SEPENUH JIWA, SEKUAT RAGA
MENDESAKANSI SULAWESI SELATAN

Lampiran 6. Master Tabel

No	KodeRespoden	JenisKelamin	Usia (Thn)	Pre-Test		Post-Test	
				Rekap	Pre	Rekap	Post
1	LR	2	16	11	1	13	1
2	AL	1	16	9	2	10	1
3	LB	1	16	9	2	9	2
4	AH	1	16	9	2	10	1
5	IN	1	16	8	2	9	2
6	MG	1	15	9	2	10	1
7	MF	1	16	11	1	12	1
8	LR	2	16	11	1	12	1
9	ZH	2	15	10	1	11	1
10	MT	2	15	6	0	6	0
11	TR	2	15	10	1	11	1
12	MA	1	15	9	2	10	1
13	SH	2	17	6	0	7	0
14	SW	2	15	6	0	6	0
15	AR	2	15	9	2	10	1
16	AY	2	16	6	0	6	0
17	AD	2	16	11	1	12	1
18	DH	2	15	10	2	11	1
19	DV	2	16	12	1	13	1

20	TH	1	17	10	2	11	1
21	TH	1	17	12	1	13	1
22	ST	2	15	9	2	10	2
23	MA	1	17	0	0	10	2
24	MM	1	16	9	2	10	2
25	NW	1	17	11	1	12	1
26	PK	2	15	10	2	11	1
27	CR	2	16	11	1	12	1
28	DA	2	16	11	1	12	1
29	MU	1	15	6	0	6	0
30	AH	2	16	11	1	12	1
31	AR	1	16	10	2	11	1
32	GD	1	16	9	2	10	2
33	AD	2	16	9	2	9	2
34	FM	1	16	6	0	7	0
35	AR	1	16	11	1	12	1
36	IAR	1	16	9	2	10	2
37	MB	1	16	8	2	10	2
38	KAP	2	16	12	1	10	2
39	A	1	16	7	0	10	2
40	AF	1	15	6	0	11	1
41	AD	2	16	11	1	11	1
42	MTA	1	15	9	2	9	2
43	BHP	1	15	6	0	6	0
44	YY	2	15	11	1	10	2

45	AM	1	15	7	0	9	2
46	IM	1	16	8	2	10	2
47	GHA	1	15	10	2	10	2
48	GYS	1	15	8	2	11	1
49	MLDL	1	17	11	1	11	1
50	AW	2	15	11	1	12	1
51	MREP	1	16	10	2	12	1
52	MRM	1	16	9	2	12	1
53	PSA	2	15	10	2	10	2
54	M	2	15	10	2	11	1
55	STZ	2	15	10	2	12	1
56	RDM	2	16	8	2	11	1
57	AZ	2	16	8	2	10	2
58	W	2	16	9	2	10	2
59	FZ	1	16	5	0	9	2
60	BM	2	16	12	1	12	1
61	IPP	2	16	9	2	11	1
62	M	1	16	13	1	13	1
63	M	2	15	12	1	13	1
64	MA	1	16	10	2	11	1
65	SAK	2	15	9	2	10	2
66	STZ	2	15	11	1	12	1

Keterangan:

1. (Laki-laki)1. (Tinggi) 2. (Sedang) 0.(Rendah)
2. (Perempuan)

Lampiran 7. Output SPSS

Frequencies

Notes		
Output Created		28-MAY-2024 13:34:42
Comments		
Input	Data	C:\Users\User\Documents\ram a hasil.sav
	Active Dataset	DataSet2
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	66
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=jenisklmin umur /ORDER=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.02

Statistics			
		jenisklmin	umur
N	Valid	66	66
	Missing	0	0

Frequency Table

Jeniskelamin dan umur Kelas IPA &IPS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	laki-laki	32	48.5	48.5	48.5
	Perempuan	34	51.5	51.5	100.0
	Usia				
	15 tahun	25	37.9	37.9	37.9
	16 tahun	35	53.0	53.0	90.9
	17 tahun	6	9.1	9.1	100.0
	Total	66	100.0	100.0	

Your temporary usage period for IBM SPSS Statistics will expire in 4234 days.

```
GET
  FILE='C:\Users\User\Documents\ramahasil.sav'.
DATASET NAME DataSet1 WINDOW=FRONT.
T-TEST PAIRS=pretest WITH posttest (PAIRED)
  /CRITERIA=CI(.9500)
  /MISSING=ANALYSIS.
```

T-Test

Notes		
Output Created		28-MAY-2024 13:08:30
Comments		
Input	Data	C:\Users\User\Documents\ramahasil.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	66
Missing Value Handling	Definition of Missing	User defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each analysis are based on the cases with no missing or out-of-range data for any variable in the analysis.
Syntax		T-TEST PAIRS=pretest WITH posttest (PAIRED) /CRITERIA=CI(.9500) /MISSING=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.13

[DataSet1] C:\Users\User\Documents\rama hasil.sav

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pretest	9.58	66	2.226	.274
	posttest	11.92	66	1.281	.158

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	pretest & posttest	66	.328	.007

Paired Samples Test

		Paired Differences							
			Std. Devia	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference				Sig. (2-tailed)
		Mean	tion	Mean	Lower	Upper	t	df	
Pair 1	pretest - posttest	-2.348	2.173	.268	-2.883	-1.814	-8.779	65	.000

pretest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	9	13.6	13.6	13.6
	tinggi	10	15.2	15.2	28.8
	sedang	47	71.2	71.2	100.0
	Total	66	100.0	100.0	

posttest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	1	1.5	1.5	1.5
	tinggi	56	84.8	84.8	86.4
	sedang	9	13.6	13.6	100.0
	Total	66	100.0	100.0	

Lampiran 8. Dokumentasi



Gambar 4. membagikan kuesioner pre- test kepada responden



Gambar 5. Memberikan edukasi mengenai hiperkolesterolemia kepada responden



Gambar 6. Memberikan edukasi mengenai hiperkolesterolemia kepada responden



Gambar 7. Membagikan kuesioner post test kepada responden