

**LAPORAN AKHIR**  
**KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



***HEALTH EDUCATION* DAN DETEKSI DINI HYPERKOLESTEROL  
PADA IBU-IBU SUKAJAYA PALEMBANG**

Oleh:

**Margareta Haiti, S.Pd,S.Kep, M.Kes**  
**Romlah, S.Si.T.,M.Kes**  
**Five Meilinnanda**

**0219026801**  
**0207036301**  
**1534006**

**Ketua**  
**Anggota**  
**Mahasiswa**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS KATOLIK MISI CHARITAS**  
**PALEMBANG**  
**2019**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**PENGABDIAN PADA MASYARAKAT**

*Health Education Dan Deteksi Dini  
Hyperkolesterol Pada Ibu-Ibu Di Kelurahan  
Sukajaya Palembang*

**Judul Kegiatan** : Sukajaya Palembang

**Nama Mitra** : Lingkungan Maria Ratu Rosario

**Ketua Tim Pengusul** :

a. Nama : Margareta Haiti, S.Pd, S.Kep.,M.Kes  
b. NIDN/NIP : 0219026801/8199001  
c. Jabatan/Golongan : Lektor/IIIb  
d. Program Studi/Fakultas : D IV Analis Kesehatan/Ilmu Kesehatan  
e. Perguruan Tinggi : Universitas Katolik Musi Charitas Palembang  
f. Bidang Keahlian : Kesehatan  
g. Alamat Kantor/Telp/Faks/Surel : Jln. Sukasenang Km 7 Palembang/0711- 412806

**Anggota Tim Pengusul** :

a. Jumlah Anggota : Dosen 1orang  
b. Nama Anggota 1/Bidang Keahlian : Romlah,S.Si.T.,M.Kes / Kesehatan  
Jumlah Mahasiswa yang terlibat : 1 Orang

**Lokasi Kegiatan/Mitra** :

a. Wilayah Mitra (Desa/Kecamatan) : Sukajaya/Sukarami  
b. Kabupaten/Kota : Palembang  
c. Propinsi : Sumatera Selatan  
d. Jarak PT ke lokasi mitra (Km) : 3 km

**Luaran yang Dihasilkan** : Hasil Pemeriksaan Kadar Kolesterol dalam Darah

**Jangka Waktu Pelaksanaan** : Satu Hari

**Biaya Total** : Rp 4.212.000 (Empat juta Dua Ratus Dua Belas  
**Sumber Dana** : Ribu rupiah)  
: Institusi

  
Mengetahui  
Dekan  
  
(Ns. Marlina Sitanggang, S.Kep.,M.Kep )  
0212087201

Palembang, 26 Januari 2018  
Ketua Tim Pengusul,  
  
(Margareta Haiti, S.Pd, S.Kep.,M.Kes )  
0219026801

  
Mengetujui,  
Kepala PPM  
  
(Fransisk Soejono, S.E., M.Sc.)  
0216117701

## RINGKASAN

Menopause adalah berhentinya siklus menstruasi yang berlangsung selama klimakterium pada wanita (Baziad, 2003). Dimana dalam perjalanan seorang wanita yang mencapai umur sekitar 45 tahun mengalami penuaan indung telur sehingga tidak sanggup memenuhi hormon estrogen, sehingga terjadi perubahan siklus menstruasi dan sistem hormonal mengalami kemunduran (Manuaba,2001). Kolesterol merupakan salah satu dari golongan lemak (lipida) padat yang berwujud seperti lilin dan terdapat di dalam aliran darah atau sel tubuh yang sebenarnya dibutuhkan untuk pembentukan dinding sel dan sebagai bahan baku beberapa hormone. Kolesterol bersifat aterogenik atau sangat mudah menempel yang kemudian dapat membentuk plak pada dinding pembuluh darah. Menurut WHO (World Health Organization) kadar kolesterol normal kurang dari 200 mg/dL artinya kadar kolesterol LDL, HDL dan Trigliselida masih kurang dari angka 200 mg/dL.Hiperkolesterolemia merupakan satu - satunya faktor resiko yang dengan sendirinya dapat menyebabkan atherosclerosis tanpa kombinasi dengan faktor lain. Atherosclerosis adalah penumpukan sejumlah lemak pada dinding pembuluh darah dapat menyebabkan suatu sumbatan pada pembuluh darah koroner jantung yang dapat menjadi salah satu faktor penyebab dari penyakit sistemik. Prevalensi penyakit sistemik (PJK) pada perempuan lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki yaitu sebesar 1,6%. Berdasarkan data Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) tahun 2013 proporsi penduduk Indonesia dengan kadar kolesterol di atas normal lebih tinggi pada perempuan (39,6%) dibandingkan pada laki - laki (30,0%) dan di daerah perkotaan lebih tinggi dari pada daerah pedesaan (Depkes, 2013). Wanita postmenopause memiliki rerata kadar kolesterol total lebih tinggi 19% dari pada rerata kadar kolesterol total pada wanita pre-menopause. Pada wanita menopause terjadi penurunan produksi hormon estrogen, karena menurunnya produksi hormon estrogen dapat menyebabkan kadar kolesterol total meningkat (Riskesdas,2013).

**Kata Kunci: Menopause, Kolesterol dan penyakit sistemik**

## **PRAKATA/KATA PENGANTAR**

### **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kami panjatkan atas rahmatNya sehingga kami dapat melaksanakan dan menyelesaikan laporan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) di Lingkungan Maria Ratu Rosario Kelurahan Sukajaya dengan tema “*Health Education* Dan Deteksi Dini Hyperkolesterol Pada Ibu-Ibu Di Kelurahan Sukajaya Palembang.”

Dalam menyusun rencana, pembuatan proposal dan pelaksanaan PKM ini kami banyak mendapatkan bantuan berupa bimbingan, petunjuk, kerjasama dan dana sehingga PKM ini dapat berjalan dengan baik dan tepat waktu. Untuk itu dalam kesempatan ini kami ingin mengucapkan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Yth bapak Slamet Santoso Sarwono, MBA., DBA, selaku Rektor Universitas Katolik Musi Charitas (UKMC)
2. Yth Ns. Morlina Sitanggang, S.Kep.,M.Kep, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UKMC
3. Yth Maria Nuraini, SKM.,M.Kes, selaku Ka. Prodi D IV Analis Kesehatan
4. Yth Bapak Indra S.Kep, selaku Ketua Lingkungan Maria Ratu Rosario Kelurahan Sukajaya
5. Yth Bapak/ibu/suster dosen D IV Analis Kesehatan sebagai Tim yang solid dalam melaksanakan PKM.
6. Yang terkasih Sdr. Five Meilinnanda selaku mahasiswa D IV Analis Kesehatan
7. Bapak/ibu/saudara/i yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu.

Kami menyadari laporan ini masih banyak kekurangan maka dengan tulus hati kami sangat mengharapkan masukan dan kekritikan yang bersifat membangun untuk perbaikan di masa yang akan datang.

Palembang, 26 Januari 2019

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>RINGKASAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>PRAKATA .....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>BAB 1. PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
<b>BAB 2. TARGET DAN LUARAN .....</b>	<b>6</b>
<b>BAB 3. METODE PELAKSANAAN .....</b>	<b>7</b>
<b>BAB 4. KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI .....</b>	<b>8</b>
<b>BAB 5. HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>9</b>
<b>BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>11</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	
<b>LAMPIRAN .....</b>	

## DAFTAR TABEL

<b>TABEL 1.1 Klasifikasi Kadar Kolesterol .....</b>	<b>3</b>
<b>TABEL 5.1 Hasil Pemeriksaan Kolesterol .....</b>	<b>9</b>

## DAFTAR GAMBAR

<b>GAMBAR 1.1 Penumpukkan Kolesterol LDL pada Pembuluh Darah Arteri .....</b>	<b>3</b>
---	----------