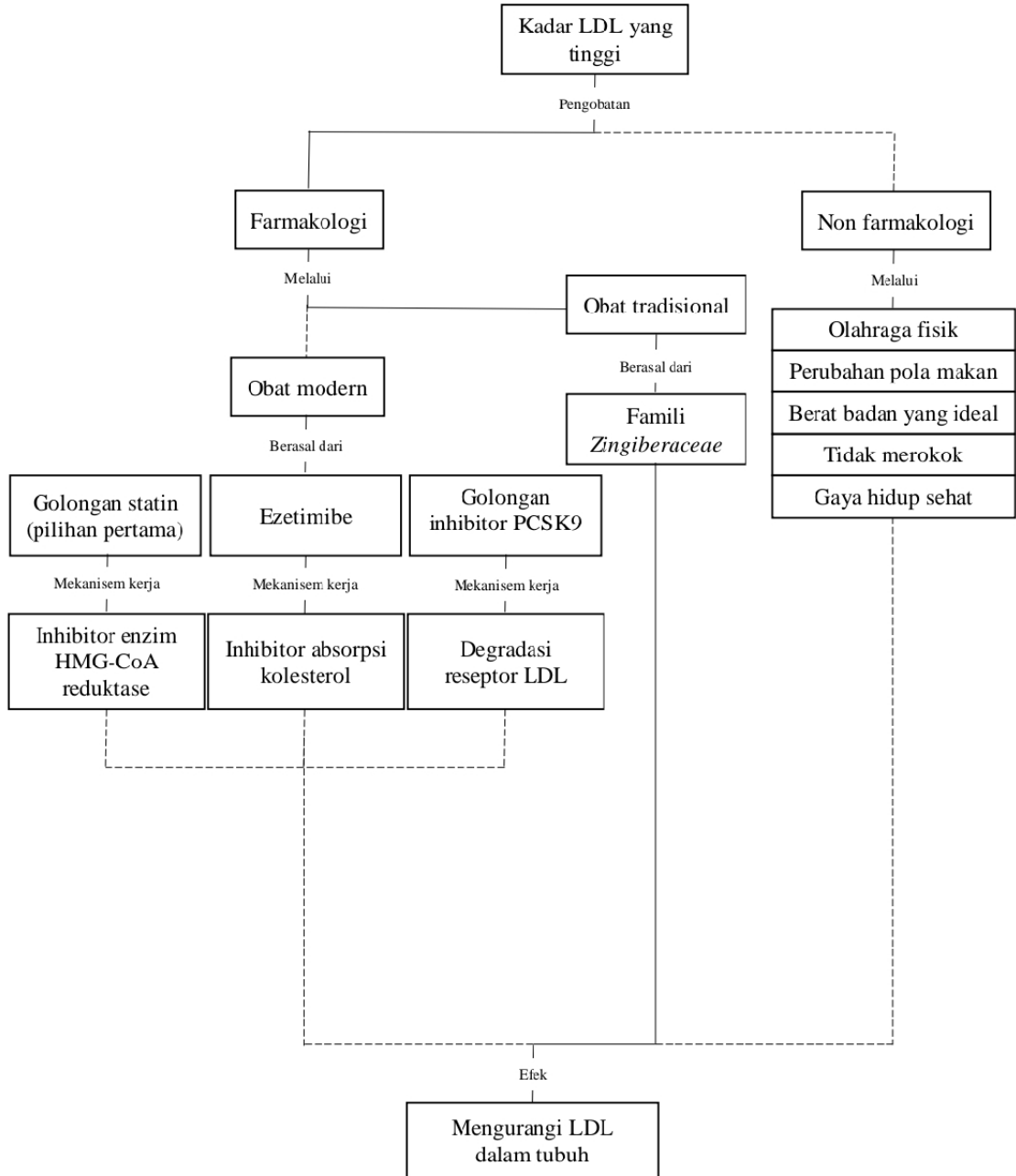


### BAB III KERANGKA KONSEPTUAL



**Keterangan**

————— : Diteliti

- - - - - : Tidak diteliti

**Gambar 3. 1.** Skema kerangka konseptual

### 3.1 Uraian Kerangka Konseptual

Dalam istilah medis, kolesterol jahat disebut juga dengan *low density lipoprotein* (LDL). Kolesterol jahat akan terbawa oleh kolesterol baik atau *high density lipoprotein* (HDL) untuk dinetralisir dalam tubuh. Namun, berdampak terbalik jika kadar kolesterol jahat lebih tinggi dibanding kolesterol baik. Kolesterol jahat yang lebih tinggi tersebut dapat membuat kolesterol jahat menjadi plak di sekitaran arteri sehingga dapat mengganggu jalannya sirkulasi darah dalam tubuh. Jika dibiarkan, bisa berujung komplikasi yang dapat membahayakan tubuh seperti tersumbatnya aliran darah, serangan jantung, dan lainnya (Panduan Tata Laksana Dislipidemia, 2022).

Aktivitas fisik dapat menjadi cara yang lebih mudah dalam menurunkan kadar kolesterol jahat dalam tubuh. Tanpa adanya proses cerna dari tubuh dapat menjamin keamanan yang lebih dibandingkan dengan penggunaan obat-obatan. Contohnya memperbaiki gaya hidup seperti melakukan olahraga yang rutin, tubuh mengalami peningkatan metabolisme dalam mengaktifasi sel seperti meningkatkan kadar dan kinerja kolesterol baik sehingga menurunkan kadar kolesterol jahat. Dalam menurunkan kadar kolesterol juga dapat dilakukan dengan melakukan perubahan pola makan. Pola makan yang tidak teratur membuat tubuh kurang dapat mengontrol kolesterol yang berlebihan. Ini yang mengakibatkan kadar kolesterol dalam tubuh meningkat. Selain itu, menjaga berat badan tubuh untuk tetap ideal dan hindari merokok juga termasuk dalam menjaga kadar kolesterol dalam tubuh agar tidak memperburuk kondisi tubuh.

Obat modern dapat menjadi salah satu jalan bagi orang yang mempunyai kadar kolesterol yang tinggi. Banyak obat modern yang dijual di pasaran yang direkomendasikan bagi penderita kadar kolesterol yang tinggi. Dokter akan merekomendasikan obat yang tepat sesuai kondisi oleh penderitanya. Namun, obat pilihan pertama yang direkomendasikan sesuai dengan literatur yaitu golongan statin seperti simvastatin dan golongan statin lainnya. Apabila golongan statin ini tidak mempan terhadap penderita tinggi kolesterol, maka obat tersebut dikombinasikan dengan obat ezetimibe agar meningkatkan kinerja penurunan kadar kolesterol dalam tubuh. Dikombinasikan pula golongan inhibitor PCSK9 jika penderita masih tidak mempan dengan obat sebelumnya sesuai dengan arahan

dokter terkait.

Ada banyak obat tradisional yang dapat menurunkan kolesterol dalam tubuh terutama tanaman yang mempunyai famili *Zingiberaceae*. Selain obat modern seperti golongan statin dan lainnya, ada juga tanaman-tanaman yang berasal dari famili *Zingiberaceae* terbukti mampu menurunkan kolesterol dalam tubuh. Ada tiga tanaman dari *Zingiberaceae* yang digunakan untuk membantu kata kunci pencarian yaitu jahe (*Ziingiber officinale*), temulawak (*Curcuma xanthorrhiza* Roxb), kunyit (*Curcuma longa* Linn.). Kadang kala, masyarakat lebih memilih obat tradisional dibandingkan dengan obat modern karena dinilai lebih menguntungkan. Obat modern yang dijual di pasaran mempunyai nominal mata uang yang harus dibayarkan, sedangkan obat tradisional dapat ditemukan lebih murah bahkan gratis sehingga obat tradisional dianggap lebih memudahkan masyarakat dibandingkan dengan obat modern. Selain itu, efek samping yang ditimbulkan juga lebih ringan dibandingkan obat modern dalam menurunkan kolesterol dalam tubuh.

