|  |  |
| --- | --- |
| **Nama** |  |
| **Jenis Kelamin** |  |
| **Usia** |  |
| **Tanggal lahir** |  |
| **No. HP** |  |

**Petunjuk Pengisian:**

Isilah pertanyaan dibawah ini tanda centang (v) pada kolom Benar/ Salah

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **No.** | **Pertanyaan** | **Benar** | **Salah** |
| 1. | Kolesterol adalah penyakit yang disebabkan karena mengkonsumsi makanan yang mengandung tinggi lemak |  |  |
| 2. | Cara pengolahan digoreng merupakan yang disarankan untuk penderita kolesterol |  |  |
| 3. | Jeroan seperti hati, ampela, usus merupakan makanan yang disarankan untuk penderita kolesterol |  |  |
| 4. | Berat badan obesitas merupakan salah satu faktor kadar kolesterol tinggi |  |  |
| 5. | Merokok adalah kebiasaan yang buruk bagi penderita Hiperkolesterol |  |  |
| 6. | Gaya hidup yang sehat merupakan faktor yang dapat dikontrol pada seseorang penderita kolesterol |  |  |
| 7. | Makan makanan yang mengandung lemak tinggi dalam jumlah yang banyak dapat mengurangi kadar kolesterol |  |  |
| 8. | Makanan yang diolah dengan cara direbus, dikukus, dan dibakar merupakan cara pengolahan yang ***tidak*** disarankan untuk penderita kolesterol |  |  |
| 9. | Kolesterol hanya dapat diturunkan dengan mengkonsumsi obat-obatan |  |  |
| 10. | Menggunakan minyak secara berulang-ulang kali sampai berwarna kecoklatan adalah cara mengolah makanan yang baik untuk penderita kolesterol |  |  |