KONSELING GIZI DAN PERUBAHAN PERILAKU PASIEN DISLIPIDEMIA YANG MENDAPAT *BOOKLET* DAN *LEAFLET* DI RSI SITI KHADIJAH PALEMBANG

Nisrina Luthfiyah, Susyani, Imelda Telisa

Politeknik Kementrian Kesehatan Palembang, Prodi D-IV Gizi

susyani@poltekkespalembang.ac.id

Abstract: Dyslipidemia is a disorder of lipid metabolism that characterized by the increasing or decreasing lipid fraction plasma. A dyslipidemia may be caused by genetic, age, gender, nutritional intake and smoking habit. Lipid level abnormality is one of the risk factors for cardiovascular and metabolic disease. Management of dyslipidemia includes pharmacological and non-pharmacological therapy that can be supported through nutritional counselling. The study is to know the effect of nutritional counseling on the behavior of dyslipidemia patients who received booklet and leaflet at Siti Khadijah Islamic Hospital in Palembang. The research design is a quasi-experiment with a pretest and posttest. The research was conducted on January until March 2019. The data analysis uses the Wilcoxon and Mann Whitney tests. Wilcoxon test result shows that nutritional counseling in both groups equally gave effect to knowledge, attitudes and actions. Mann Whitney Test conducted on both groups of knowledge obtained p value of 0.274, the attitude obtained p value of 0.010 and the action obtained p value of 0.065. There was no difference between booklet and leaflet groups, to increase their knowledge and action, however there is a difference between booklet and leaflet groups to attitude improvement of booklet and leaflet groups, where leaflets influence more in increasing a better respondent attitudes to implement dyslipidemia diet.

Key Words : Nutrition Behavior, Dyslipidemia, Nutrition Counseling, Booklet, Leaflets.

Abstrak: Dislipidemia adalah kelainan metabolisme lipid yang ditandai dengan peningkatan maupun penurunan fraksi lipid dalam plasma. Dislipidemia dapat disebabkan karena faktor genetik, usia, jenis kelamin, asupan zat gizi dan merokok. Abnormalitas kadar lipid dalam darah merupakan salah satu faktor risiko timbulnya penyakit kardiovaskular dan metabolik. Asupan zat gizi yang lebih dari standar kebutuhan akan menyebabkan rerata rasio kadar kolesterol total/HDL diatas normal. Penatalaksanaan dislipidemia mencakup terapi farmakologis dan non farmakologis yang dapat didukung melalui pemberian konseling gizi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian konseling gizi terhadap perilaku pasien dislipidemia yang mendapat *booklet* dan *leaflet* di RSI Siti Khadijah Kota Palembang. Desain penelitian adalah *quasi experiment* dengan rancangan penelitian *pretest* dan *posttest*. Penelitian dilakukan pada bulan Januari-Maret 2019. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon* dan *Mann Whitney*. Pada uji *Wilcoxon* didapatkan hasil jika konseling gizi pada kedua kelompok sama-sama memberikan pengaruh terhadap pengetahuan, sikap dan tindakan. Berdasarkan Uji *Mann Whitney* yang dilakukan pada kedua kelompok terhadap pengetahuan didapatkan nilai p sebesar 0,274, terhadap sikap didapatkan nilai p sebesar 0,010 dan terhadap tindakan didapatkan nilai p sebesar 0,065. Tidak ada perbedaan peningkatan pengetahuan dan tindakan antara kelompok *booklet* dan *leaflet* namun ada perbedaan peningkatan sikap antara kelompok *booklet* dan *leaflet* dimana *leaflet* lebih berpengaruh dalam meningkatkan sikap responden menjadi lebih baik dalam menjalankan diet dislipidemia.

Kata Kunci : *Booklet*, Dislipidemia, Konseling Gizi, *Leaflet*, Perilaku Gizi

Dislipidemia merupakan kelainan metabolisme lipid yang ditandai dengan ketidaknormalan kadar lipid dalam plasma. Kelainan lipid yang terjadi antara lain kenaikan kolesterol total, LDL, trigliserida dan penurunan kadar HDL (Anwar,Tanvir., 2004). Kadar lipid dalam darah yang tidak normal merupakan faktor risiko terjadinya penyakit kardiovaskular dan metabolik, seperti aterosklerosis, penyakit jantung koroner, *stroke*, sindrom metabolik dan sebagainya (Riset Kesehatan Dasar, 2013.).

Proporsi penduduk Indonesia dengan usia >15 tahun, merujuk nilai yang ditentukan pada NCEP-ATP III dengan kadar kolesterol total di atas nilai normal adalah sebesar 35.9 %, kadar LDL diatas nilai normal dengan kategori *near optimal* dan *borderline* adalah sebesar 60.3 %, dan kategori kadar LDL tinggi dan sangat tinggi adalah sebesar 15.9 %, kadar trigliserida di atas nilai normal dengan kategori *borderline* adalah sebesar 13.0 % dan kategori gabungan tinggi-sangat tinggi adalah sebesar 11.9 %, kadar HDL dengan kategori di bawah nilai normal adalah sebesar 22.9 % (Riset Kesehatan Dasar, 2013)

Berdasarkan data rekam medik RSI Siti Khadijah Kota Palembang bagian rawat jalan, pada tahun 2015 terdapat pasien *Hypertensive Heart Disease* (HHD) sebanyak 8077 pasien, pada tahun 2016 sebanyak 5304 pasien dan pada tahun 2017 mengalami peningkatan dengan pasien

sebanyak 8602 pasien. Terdapat pasien Hipertensi pada tahun 2015 sebanyak 8612 pasien, pada tahun 2016 sebanyak 3292 pasien dan pada tahun 2017 sebanyak 1521 pasien. Terdapat juga pasien Stroke pada tahun 2015 sebanyak 1437 pasien, pada tahun 2016 sebanyak 1272 pasien dan pada tahun 2017 mengalami peningkatan dengan pasien sebanyak 1941 pasien (Rekam Medik RSI Khadijah. 2018). Ketiga penyakit tersebut dapat disebabkan karena terjadinya abnormalitas lipid dalam darah (dislipidemia).

Asupan zat gizi yang lebih dari standar kebutuhan akan menyebabkan rerata rasio kadar kolesterol total/HDL diatas normal (Emy, 2015). Selain diet DASH, di Indonesia sendiri menurut Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia (PERKI) penatalaksanaan dislipidemia mencakup 2 terapi yaitu farmakologis dengan penggunaan obat-obat penurun kolesterol dan nonfarmakologis dengan *Therapeutic Lifestyle Changes* (TLC) (PERKI, 2013). Dalam penelitian Aurora Ruth dkk (2012) konseling merupakan salah satu faktor yang dapat mendukung TLC (Aurora, Ruth.,dkk, 2012)

Tindakan konseling dapat merubah perilaku kesehatan seseorang yaitu dengan melalui pendidikan kesehatan yang dimana hal tersebut dapat mempengaruhi perilaku (pengetahuan, sikap dan tindakan) pasien.

Seorang konselor membutuhkan perantara berupa media saat melakukan konseling diantaranya dapat menggunakan media *booklet* dan *leaflet* (Refdi, Fhani, tahun 2013.).

Masih tingginya angka kejadian penyakit kardiovaskular yang disebabkan oleh dislipidemia maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh dari pemberian konseling gizi terhadap perilaku (pengetahuan, sikap dan tindakan) pasien dislipidemia rawat jalan yang diberikan media *booklet* atau *leaflet* Di RSI Siti Khadijah Kota Palembang.

BAHAN DAN CARA KERJA

Penelitian ini bersifat *quasi eksperiment* dengan rancangan *pretest and posttest*. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah perilaku (pengetahuan, sikap dan tindakan) dan variabel independen dalam penelitian ini adalah pemberian konseling gizi. Subjek penelitian ini adalah penderita penyakit dislipidemia rawat jalan Di RSI Siti Khadijah Palembang. Penelitian dilakukan pada bulan Januari – Maret 2019. Kriteria inklusi penelitian ini adalah berusia > 18 tahun, berdomisili di Kota Palembang, pasien dislipidemia yang belum pernah mendapatkan konseling, pasien rawat jalan, dapat berkomunikasi dengan baik dan dapat membaca dan menulis.

Penentuan responden dilakukan dengan metode *purposive sampling*. Jumlah

responden masing – masing 30 untuk tiap kelompok. Kelompok *booklet* mendapatkan konseling gizi yang menggunakan media *booklet* yang diberikan selama 3 kali setiap 1 kali sekali dalam 3 hari, sedangkan kelompok *leaflet* mendapatkan konseling gizi yang menggunakan media *leaflet* yang diberikan selama 3 kali setiap 1 kali sekali dalam 3 hari.

Pengetahuan, sikap dan tindakan sebelum perlakuan diukur menggunakan kuisioner kemudian diukur kembali setelah diberikan perlakuan selama 3 kali pertemuan dengan menggunakan kuisioner kembali. Data status gizi didapatkan menggunakan pengukuran antropometri, sedangkan data karakteristik responden didapatkan menggunakan formulir identitas responden dengan wawancara langsung.

Uji statistik menggunakan program SPSS. Uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Karakteristik responden dianalisis menggunakan analisis deskriptif. Perbedaan variabel (pengetahuan, sikap dan tindakan) sebelum dan sesudah perlakuan pada kedua kelompok diuji dengan *Wilcoxon-test*. Perbedaan pengaruh perlakuan kedua kelompok terhadap perilaku dianalisis menggunakan uji *mann-whitney*.

HASIL

Karakteristik Responden

Karakteristik responden terdiri dari usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan disajikan dalam tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	<i>Booklet</i>		<i>Leaflet</i>	
	n	%	n	%
Usia				
<59 tahun	4	13.3	3	10
60-69 tahun	19	63.3	17	56.7
70-79 tahun	6	20	10	33.3
>80 tahun	1	3.3	0	0
Jenis Kelamin				
Laki – laki	10	33.3	11	36.7
Perempuan	20	66.7	19	63.3
Pendidikan				
SD	1	3.3	0	0
SMP	1	3.3	0	0
SMA	14	46.7	24	80
Akademi/PT	14	46.7	6	20
Pekerjaan				
IRT	10	33.3	11	36.7
PNS	2	6.7	2	6.7
Pensiunan	18	60.0	17	56.7

Perbedaan skor perilaku (pengetahuan, sikap dan tindakan) sebelum dan sesudah

Rata – rata skor perilaku (pengetahuan, sikap dan tindakan) sebelum dan sesudah perlakuan disajikan dalam tabel 2.

Tabel 2. Perbedaan rerata Skor Perilaku

Variabel	Kelompok	Mean awal ± SD	Mean akhir ± SD	P
Pengetahuan	<i>Booklet</i>	0.60±0.968	4.40±0.814	0.000
	<i>Leaflet</i>	0.23±0.504	3.83±0.791	0.000
Sikap	<i>Booklet</i>	2.03±1.671	4.93±0.365	0.000
	<i>Leaflet</i>	0.80±1.562	4.83±0.379	0.000
Tindakan	<i>Booklet</i>	0.97±1.033	2.97±0.928	0.000
	<i>Leaflet</i>	1.40±1.163	2.90±0.845	0.000

Penelitian ini didapatkan hasil bahwa pemberian konseling gizi dapat meningkatkan perilaku responden. Hasil uji statistik (Uji Wilcoxon) pada kelompok *booklet* dan *leaflet* sama-sama mendapatkan nilai $p=0.000$ berarti alpha 5% terlihat ada pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan pada kelompok *booklet* maupun kelompok *leaflet*.

Pengaruh Pemberian Konseling Gizi Terhadap Perilaku

Pengaruh pemberian konseling gizi terhadap perilaku (pengetahuan, sikap dan tindakan) disajikan dalam tabel 3.

Tabel 3. Pengaruh Pemberian Konseling Gizi

Variabel	Kelompok	Perbedaan Mean	P
Pengetahuan	<i>Booklet</i>	3.80	0.274
	<i>Leaflet</i>	3.60	
Sikap	<i>Booklet</i>	2.90	0.010
	<i>Leaflet</i>	4.03	
Tindakan	<i>Booklet</i>	2.00	0.065
	<i>Leaflet</i>		

Hasil uji statistic dari pengaruh pemberian konseling gizi terhadap peningkatan sikap dengan menggunakan media *booklet* dan *leaflet* melalui Uji Mann-Whitney didapatkan nilai $p=0.010$ ($p<0.05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan peningkatan sikap antara kelompok *booklet* dan *leaflet*.

PEMBAHASAN

Karakteristik responden dalam penelitian ini sebagian besar berusia 60-69 tahun, berjenis kelamin perempuan, berpendidikan SMA dan memiliki pekerjaan sebagai pensiunan.

Usia seseorang dapat berpengaruh pada kadar kolesterol total. Seiring bertambahnya usia maka kadar kolesterol totalnya relatif lebih tinggi pada usia muda, hal ini dikarenakan semakin berkurangnya aktifitas reseptor LDL. Sel reseptor ini berfungsi sebagai hemostasis pengatur peredaran kolesterol dalam darah dan banyak terdapat dalam hati, kelenjar gonad dan kelenjar adrenal. Adanya gangguan pada sel reseptor akan meningkatkan kadar kolesterol dalam darah (Listiana, L dan Purbosari, T., 2006).

Hasil penelitian perempuan lebih banyak yang menderita penyakit dislipidemia dibandingkan dengan laki – laki. Beberapa penelitian membuktikan Perempuan yang telah menopause cenderung memiliki kadar kolesterol yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki dewasa dikarenakan berkurangnya aktifitas hormone estrogen. Hormone estrogen berperan penting dalam mengendalikan kadar kolesterol, dan juga berfungsi sebagai antioksidan. Hormon estrogen dapat mencegah terjadinya oksidasi kolesterol LDL sehingga dapat mengurangi plak pada pembuluh darah (Ujiani, Sri., 2014).

Sebagai media cetak, *booklet* memiliki kelebihan dapat dibuat dengan mudah dan

lebih tahan lama. *Booklet* biasanya digunakan untuk tujuan peningkatan pengetahuan, karena *booklet* memberikan informasi yang lebih spesifik. Keterbatasan *booklet* sebagai media cetak perlu waktu yang lama untuk mencetak tergantung dari dari pesan dan alat, dapat mengurangi minat pembaca jika terlalu banyak dan panjang dan perlunya perawatan yang intensif (Gustaning, Guni., 2014)

Media *leaflet* juga memiliki kelebihan dimana *leaflet* dipilih karena dianggap memiliki nilai praktis. Informasi yang disampaikan hanya secara garis besar saja sehingga membuat pembaca secara langsung memahami poin-poin pesan yang ingin disampaikan dalam media *leaflet* tersebut. Namun media *leaflet* juga memiliki kekurangan dimana terkadang media *leaflet* menggunakan huruf yang terlalu kecil dan materi yang disampaikan tidak bisa terlalu banyak (Fitriani, Arifah., 2013).

Peningkatan skor pengetahuan setelah diberikan konsultasi sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Azzahra dan Muniroh (2015) mengenai hubungan konseling terhadap pengetahuan dan sikap didapatkan hasil bahwa konseling sangat berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ($p=0.005$). Penelitian Afriska dkk (2018) menunjukkan bahwa ada pengaruh perubahan pengetahuan gizi yang bermakna sebelum dan sesudah intervensi pendidikan gizi selama 2 kali dalam

seminggu (10-15 menit) selama 3 minggu. Penelitian Meli dkk(2019) Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh signifikan antara konseling gizi dengan pengetahuan ($p = 0,000$)

Peningkatan skor sikap setelah diberikan konsultasi sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Azzahra dan Muniroh (2015) mengenai hubungan konseling terhadap pengetahuan dan sikap didapatkan hasil bahwa konseling sangat berpengaruh terhadap peningkatan sikap ($p=0.014$) (11). Peningkatan tindakan sejalan dengan penelitian Rahmawati dkk (2017) menunjukkan bahwa selain dapat merubah pengetahuan dan sikap seseorang, konseling juga mampu merubah tindakan (kepatuhan) seseorang menjadi lebih baik (Rahmawati.,dkk, 2017)

Kelompok *leaflet* memiliki rata-rata mean sikap yang lebih tinggi dibandingkan kelompok *booklet* sehingga dapat disimpulkan media *leaflet* lebih berpengaruh

terhadap peningkatan sikap responden. Hal tersebut bisa disebabkan karena salah satu keunggulannya dimana media *leaflet* menyampaikan informasi secara singkat sehingga membuat responden langsung memahami kalimat tersebut dibandingkan dengan *booklet* yang dapat mengurangi minat pembaca jika terlalu banyak dan panjang

KESIMPULAN

Konseling dengan menggunakan *leaflet* terbukti lebih berpengaruh dalam meningkatkan perubahan sikap penderita dyslipidemia dalam menyikapi tatalaksana diet dyslipidemia. Hal tersebut dapat dikarenakan informasi dari media *leaflet* lebih singkat dan mudah dimengerti. Konseling dengan menggunakan media *booklet* dan *leaflet* dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap namun tidak bisa menjamin untuk merubah tindakan responden menjadi lebih baik.

DAFTAR RUJUKAN

- Afriska L, Anang W, Emy Y.2018.*Konseling Gizi pada Remaja Obesitas*. Jurnal Media Kesehata, Vol.11 No.1 Juni 2018. hal 071-101
- Anwar, Tanvir. 2004. *Dislipidemia Sebagai Faktor Risiko PJK*. Available from: URL: https://www.researchgate.net/publication/42321431_Dislipidemia_Sebagai_Faktor_Risiko_Penyakit_Jantung_Koronar
- Aurora, Ruth., Sinambela, Urika., Noviyanti, Carolina. 2012. *Peran Konseling Berkelanjutan Pada Penanganan Pasien Dislipidemia*.
- Azzahra, Margareta., Muniroh, Lailatul. 2015. *Pengaruh Konseling Terhadap Penegtahuan*
- Dan Sikap MP-ASI*. Available from: URL: <https://e-journal.unair.ac.id/index.php/MGI/article/view/3121>
- Emy Y, Ayu P.S, dan Edy N. 2015.*Hubungan asupan energi, lemak dan serat dengan Rasio Kadar Kolesterol Total-HDL*. Penelitian Gizi dan Makanan, Desember 2015 Vol.38(2):139-147
- Fitriani, Arifah. 2013. *Pengaruh Intervensi Penyuluhan Menggunakan Media Leaflet terhadap Perubahan Pengetahuan Mengenai Potensi Bahaya Dermatitis Kontak dan Pencegahannya pada Pekerja Cleaning Service UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2013*. Available from: URL: <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/24273>
- Gustaning, Guni. 2014. *Pengembangan Media Booklet Menggambar Macam-Macam Celana*

- Pada Kompetensi Dasar Menggambar Celana Siswa Smk N 1 Jenar. Available from: URL: <http://eprints.uny.ac.id/29300/1/Guni%20Gustaning%2010513244017.pdf>*
- Listiana, Lina., Purbosari, Tri. 2006. *Kadar Kolesterol Total Pada Usia 25-60 Tahun. Available from: URL: <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/Health/article/view/7>*
- Meili DA, Jumiyati, Emy Y (2019) . *The Influence of Nutrition counseling on the Knowledge and Intake of Macro Nutrient WUS KEK in Region Work Puskesmas Sawah Lebar Bengkulu SANITAS: Jurnal Teknologi dan Seni Kesehatan Vol.10 (1). 2019 : 35 – 45*
- PERKI. 2013. *Pedoman Tatalaksana Dislipidemia. Availbale from: URL: http://www.inaheart.org/upload/file/Pedoman_talksana_Dislipidemia.pdf*
- Rahmawati., Rezal, Farid., Erawan, Putu. 2017. *Pengaruh Konseling Gizi Dengan Media Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap, Dan Tindakan Ibu Dalam Upaya Pencegahan Gizi Buruk Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Puuwatu Kota Kendari Tahun 2017. Available from: URL: <http://ojs.uho.ac.id/index.php/JIMKESMAS/article/view/2903>*
- Refdi, Fhani. 2013. *Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Pengetahuan Tentang Diet Asma Dan Frekuensi Kekambuhan Pasien Asma Di Balai Besar Kesehatan Paru Masyarakat Surakarta. Available from: URL: <http://eprints.ums.ac.id/27073/>*
- Rekam Medik RSI Khadijah. 2018. *Data Pasien Rawat Jalan*
- Riset Kesehatan Dasar. 2013. *Penyakit Tidak Menular.*
- Ujiani, Sri. 2014. *Hubungan Antara Usia Dan Jenis Kelamin Kadar Kolesterol Penderita Obesitas RSUD Abdul Moelek Provinsi lampung Available from: URL: <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK/article/viewFile/24/22>*