

## EDUKASI HIPERKOLESTEROLEMIA DI POSYANDU LANSIA KEMBANG SEPATU, WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANJARBARU SELATAN

Johanna Ignasia<sup>1</sup>, Nurul Mardiaty<sup>2\*</sup>, Endang Kurniasih<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Lambung Mangkurat

<sup>2</sup>Program Studi Farmasi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Lambung Mangkurat

<sup>3</sup>UPTD Puskesmas Banjarbaru Selatan

\*Email: [nurul.mardiaty@ulm.ac.id](mailto:nurul.mardiaty@ulm.ac.id)

### ABSTRAK

Kolesterol merupakan suatu molekul lemak berwarna kekuningan yang menyerupai lilin yang diproduksi oleh hati dan diedarkan ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah. Hiperkolesterolemia dapat terjadi ketika kadar LDL (*Low Density Lipid*) lebih tinggi daripada kadar HDL (*High Density Lipid*). Tujuan dari kegiatan edukasi kesehatan ini yaitu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat khususnya di lingkungan Puskesmas Banjarbaru Selatan mengenai penyakit hiperkolesterolemia termasuk tanda dan gejala, cara penggunaan obat, serta pencegahannya. Kegiatan meliputi beberapa tahapan yaitu pemaparan materi menggunakan metode ceramah dan media *leaflet*, sesi tanya jawab, *pretest*, dan *post test*. Hasil persentase nilai rerata *pretest* yaitu 51,4286% dan rerata *post test* yaitu 97,1429%. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat di posyandu lansia setelah diberikan edukasi dan pemaparan materi terkait kolesterol.

**Kata Kunci:** edukasi, hiperkolesterolemia, *leaflet*, posyandu, lansia

### ABSTRACT

*Cholesterol is a yellowish fat molecule that resembles wax which is produced by the liver and circulated throughout the body through the blood vessels. Hypercholesterolemia can occur when LDL (Low Density Lipid) levels are higher than HDL (High Density Lipid) levels. This health education activity aims to increase public knowledge and understanding, especially in the South Banjarbaru Community Health Center, regarding hypercholesterolemia including signs and symptoms, how to use drugs, and prevention. The activity includes several stages, namely the presentation of material using the lecture method and leaflet media, question and answer session, pretest and post test. The percentage result of the pretest average score is 51.4286% and the post test average is 97.1429%. This research concludes that there is an increase in community knowledge of the elderly posyandu after being provided with education and exposure to material related to cholesterol.*

**Keywords:** education, hypercholesterolemia, leaflets, posyandu, elderly

## PENDAHULUAN

Kolesterol merupakan suatu molekul lemak berwarna kekuningan yang menyerupai lilin yang diproduksi oleh hati dan diedarkan ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah. Prevalensi kadar kolesterol total pada masyarakat di Indonesia berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 yaitu sebesar 21,8% dengan kondisi pasien obesitas<sup>3</sup>. Menurut data *World Health Organization* (WHO) sebanyak 37% kematian di Indonesia disebabkan oleh penyakit jantung dan pembuluh darah<sup>5</sup>.

Hiperkolesterolemia dapat terjadi apabila kadar kolesterol dalam tubuh meningkat apabila kadar LDL (*Low Density Lipid*) lebih tinggi daripada kadar HDL (*High Density Lipid*). Salah satu contoh makanan yang memicu kadar LDL tinggi adalah jeroan dan kuning telur. Jika kadar LDL terus menerus menumpuk, maka dapat membentuk plak pada dinding pembuluh darah arteri dan aliran darah akan menyempit atau bahkan tersumbat. Hal tersebut yang dapat menimbulkan komplikasi penyakit seperti arterosklerosis, serangan

jantung, stroke, hingga kematian<sup>2</sup>.

Tanda dan gejala kolesterol tinggi antara lain sakit kepala, pegal-pegal pada pundak atau leher belakang. Adapun pasien yang tidak mengalami tanda dan gejala tersebut, namun untuk mengetahuinya perlu pemeriksaan darah di laboratorium. Oleh karena itu, sangat disarankan untuk melakukan *check up* rutin minimal 1 tahun sekali. Pengecekan rutin juga dapat mencegah adanya komplikasi penyakit lain seperti diabetes, hipertensi maupun asam urat<sup>4</sup>.

Obat-obatan yang diberikan pada pasien komplikasi penyakit pada umumnya lebih kompleks dengan beragam kombinasi, oleh karena itu penting adanya kajian literatur terkait interaksi obat. Interaksi obat adalah efek yang ditimbulkan akibat dari penggunaan dua atau lebih jenis obat. Edukasi kesehatan yang memaparkan terkait interaksi obat sangat diperlukan apalagi untuk kelompok lansia dan kelompok masyarakat yang berisiko mengalami komplikasi penyakit<sup>1</sup>.

Tingginya angka kolesterol di Indonesia dan dampak yang ditimbulkan dari komplikasi penyakit

kolesterol ini, menjadikan puskesmas sebagai garda terdepan untuk mengupayakan kesehatan masyarakat terutama edukasi kolesterol di lingkungan atau wilayah kerja puskesmas. Edukasi kesehatan di ruang lingkup kerja Puskesmas merupakan suatu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah timbulnya suatu penyakit serta komplikasi penyakit (preventif) dan meningkatkan kualitas hidup pasien (promotif). Tujuan dari kegiatan edukasi kesehatan ini yaitu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat khususnya di lingkungan Puskesmas Banjarbaru Selatan mengenai penyakit hiperkolesterolemia termasuk tanda dan gejala, cara penggunaan obat, serta pencegahannya.

#### **METODE PENELITIAN**

Kegiatan dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan kepada masyarakat dan kader posyandu di Posyandu Lansia Puskesmas Banjarbaru Selatan. Beberapa tahapan kegiatan edukasi yang dilaksanakan meliputi

1. *Pretest* terkait dengan kolesterol sebagai alat untuk mengukur

pengetahuan masyarakat sebelum dilakukan pemaparan materi.

2. Pemaparan materi dan informasi dengan metode ceramah menggunakan media berupa *leaflet*.
3. Setelah selesai materi disampaikan, dilakukan sesi tanya jawab (mempersilahkan peserta edukasi kesehatan untuk bertanya).
4. *Post test* sebagai alat untuk mengukur pengetahuan masyarakat setelah dilakukan pemaparan materi, dengan jenis soal yang sama dengan *pretest*.

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

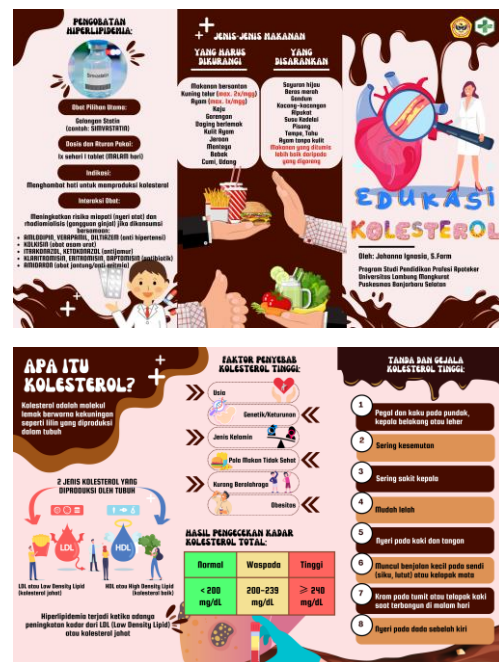
Kegiatan edukasi kesehatan dilakukan dalam rangka untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dan kader posyandu di Posyandu Lansia Puskesmas Banjarbaru Selatan. Materi edukasi yang dipaparkan yaitu terkait dengan penyakit hiperkolesterolemia termasuk tanda dan gejala, cara penggunaan obat, serta pencegahannya. Kegiatan dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 15 November 2023 di Posyandu

Kembang Sepatu bertempat di Komplek Klaus Reppe, Jalan Jakarta, Kelurahan Loktabat Selatan, Kota Banjarbaru, Provinsi Kalimantan Selatan. Tema yang dipilih dalam edukasi kesehatan ini adalah "Edukasi Kolesterol".

Metode edukasi kesehatan yang digunakan adalah ceramah yaitu penyampaian informasi secara lisan kepada sekelompok masyarakat yang disertai diskusi dan tanya jawab. Adapun *pretest* yang dilakukan sebelum pemaparan materi dan *post test* yang dilakukan setelah pemaparan materi. *Pretest* dan *post test* tersebut digunakan sebagai alat ukur atau instrumen dalam penelitian yang bertujuan untuk melihat peningkatan wawasan masyarakat terkait penyakit hiperkolesterolemia. Indikator capaian edukasi kesehatan ini adalah meningkatnya pengetahuan masyarakat yang diukur dan dianalisis secara kuantitatif dengan *software SPSS* metode *paired sample t-test*.

Media edukasi yang digunakan adalah *leaflet*. *Leaflet* yang dibagikan memuat beberapa informasi terkait pengertian, faktor penyebab, tanda dan gejala, pengobatan

hiperkolesterolemia, interaksi obat, dan cara menghindari makanan penyebab hiperkolesterolemia (gambar 1). Desain *leaflet* dibuat menarik untuk meningkatkan minat literasi masyarakat.



Gambar 1. Leaflet Edukasi Kolesterol

Kegiatan edukasi kesehatan diawali dengan *pretest* untuk menggali informasi dan mengetahui sejauh mana tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dilakukan pemaparan materi. Materi diberikan dengan metode ceramah, lalu dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Kegiatan berikutnya adalah pelaksanaan *post test* untuk menilai tingkat pengetahuan masyarakat setelah diberikan materi

edukasi baik secara lisan maupun tulisan (*leaflet*). Materi yang dipaparkan meliputi pengertian kolesterol, jenis-jenis kolesterol, faktor penyebab, hasil tes laboratorium, tanda dan gejala, pengobatan, cara menghindari dengan mengubah pola makan. Dokumentasi pelaksanaan edukasi kesehatan dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Pemaparan Materi Edukasi Kolesterol

Jumlah peserta yang menghadiri edukasi kesehatan ini adalah 21 orang. Pengukuran tingkat pengetahuan dilakukan berdasarkan hasil jawaban *pretest* dan *post test* yang berisikan 5 soal pernyataan dengan pilihan benar atau salah. Soal *pretest* dan *post test* dapat dilihat pada Tabel 1 dan hasil rata-rata nilai *pretest* dan *post test* dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 1. Soal *Pretest* dan *Post test*

No.	Pertanyaan dan Jawaban
1	Kolesterol adalah molekul lemak berwarna kekuningan menyerupai lilin yang diproduksi oleh tubuh (B)
2	HDL ( <i>High Density Lipid</i> ) disebut juga kolesterol jahat (S)
3	Hasil laboratorium kolesterol total sebesar $\geq 240$ mg/dL termasuk dalam kategori tinggi (B)
4	Simvastatin tidak boleh digunakan bersamaan dengan Amlodipin karena dapat menyebabkan efek samping miopati atau nyeri otot (B)
5	Makanan yang aman bagi penderita kolesterol yaitu kulit ayam, kuning telur, keju, mentega (S)

Tabel 2. Persentase Rata-rata Nilai *Pretest* dan *Post test*

Variabel	Persentase
Rerata nilai <i>Pretest</i> (n=21)	51,428%
Rerata nilai <i>Post test</i> (n=21)	97,142%

Hasil nilai rata-rata *pretest* dan *post test* pada Tabel 2 menunjukkan perbedaan yang sangat jauh signifikan yaitu rerata *pretest* sebesar 51,428% dan rerata nilai *post test* sebesar 97,142%. Pengukuran perbedaan pengetahuan ini dilakukan menggunakan *software SPSS* metode *paired sample t-test*. Hasil analisis SPSS dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Analisis SPSS *Paired Sample T-Test*

	Mean Difference	Std. Deviation	Sig. (2-tailed)
<i>Pretest-Post test</i>	-45,714	16,903	0,000

Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai *p-value* sebesar 0,000 atau

$<0,050$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *post test*. Kesimpulannya terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat di posyandu lansia setelah diberikan edukasi dan pemaparan materi terkait kolesterol.

### KESIMPULAN

Kegiatan edukasi kesehatan dilakukan di Posyandu Lansia Kembang Sepatu yang merupakan salah satu posyandu rutin yang diadakan oleh Puskesmas Banjarbaru Selatan. Pemaparan materi menggunakan *leaflet*, hasil diperoleh bahwa terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat dan kader posyandu terkait jenis-jenis kolesterol, faktor penyebab, hasil tes laboratorium, tanda dan gejala, pengobatan, cara menghindari dengan mengubah pola makan. Persentase peningkatan pengetahuan tersebut dari 51,428% menjadi 97,142% dengan nilai *p-value* sebesar 0,000 atau  $<0,050$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *post test*.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Diberikan kepada Puskesmas Banjarbaru Selatan beserta staf dan pegawai karena telah mendukung, mendampingi, serta mengizinkan untuk terlaksananya penelitian ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- 1) Baxter, K, 2008, *Stockley's Drug Interactions* 8<sup>th</sup> edition, Pharmaceutical Press, London.
- 2) Johannesen, C. D. L., M. B. Mortensen., A. Langsted & B. G. Nordestgaard, 2022, ApoB and Non-HDL Cholesterol Versus LDL Cholesterol for Ischemic Stroke Risk, *Journal Annals of Neurology*, **92**(3): 379-389.
- 3) Kemenkes RI, 2018, *Laporan Riset Kesehatan Dasar*, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- 4) Marbun, P. H., D. Fikriansyah., F. Mulyana., I. L. Ruhyana., M. Hidayatullah., V. Rahmadini., R. Saputra., N. Riani., R. P. A. Kumala., V. D. Lestari., Q. A. A. D. Nadhir., D. Z. Azzahra., M. Gustinawati., A. Ryyansyah, 2023, Penyuluhan dan Cek Kesehatan Tekanan Darah Gula Darah Asam Urat dan Kolesterol Gratis Sebagai Bentuk Pengabdian Masyarakat di Desa Lembah Sari, *Jurnal Pengabdian Inovasi dan Teknologi Masyarakat*, **3**(2): 81-86.
- 5) WHO, 2015, Indonesia: WHO Statistical Profile Cardiovascular Disease 2015, World Health Organization, Geneva