

PENINGKATAN PENGETAHUAN KADER POSYANDU DESA SUNGAI RANGAS TENGAH TENTANG HIPERLIPIDEMIA

*Increasing The Knowledge of Posyandu Cadres in Sungai Rangas Central Village
About Hyperlipidemia*

Fitri Sadlia¹, Nor Habibah¹, Nurul Hidayah¹, Ali Rakhman Hakim^{1*}, Ahmad Hidayat²,
Mustaqimah¹, Rina Saputri¹

¹Program Studi Sarjana Farmasi, Universitas Sari Mulia

²Program Studi Sarjana Sistem Informasi, Universitas Sari Mulia

*Korespondensi: alirakhmanhakim@gmail.com

Diterima: 31 Agustus 2023

Dipublikasikan: 31 Agustus 2023

ABSTRAK

Pendahuluan: Hiperlipidemia atau hiperkolesterol adalah suatu keadaan tingginya konsentrasi lipid (lemak) dalam darah ditandai dengan meningkatnya konsentrasi trigliserida, LDL (*Low Density Lipoprotein*) dan kolesterol darah yang melebihi batas normal pada manusia yaitu lebih dari 200mg/dl. Kader posyandu sebagai penggerak dan pengelola dalam upaya-upaya kesehatan primer di masyarakat. Pemberian informasi kesehatan melalui kader secara bertahap dan berkelanjutan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat sehingga informasi kesehatan akan lebih mudah diterima oleh masyarakat.

Tujuan: Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan Kader Posyandu di Desa Sungai Rangas Tengah tentang Hiperlipidemia.

Metode: Metode yang digunakan adalah metode sosialisasi dan diskusi. Evaluasi pengetahuan Kader melalui kuesioner *pre-test* dan *post-test*. Materi diberikan melalui media leaflet yang berisi informasi tentang pengertian hiperlipidemia, kadar lipid atau kolesterol, prevalensi, penyebab, gejala, cara pencegahan, alur pengobatan, cara minum obat hiperlipidemia serta tips memasak yang menurunkan asupan lemak dan terapi perubahan gaya hidup.

Hasil: Hasil perhitungan persentase kuesioner *pre-test* yang dikerjakan Kader Posyandu masih kurang memahami terkait Hiperlipidemia. Pengetahuan Kader Posyandu meningkat setelah diberikan materi informasi mengenai penyakit Hiperlipidemia dengan hasil 100% atau semua Kader Posyandu mengalami peningkatan pengetahuan.

Simpulan: Kesimpulan dari kegiatan ini pengetahuan Kader Posyandu tentang Hiperlipidemia dapat meningkat dengan diberikan pendidikan tentang Hiperlipidemia.

Kata kunci: Hiperlipidemia, Kader Posyandu

ABSTRACT

Introduction: Hyperlipidemia or hypercholesterolemia is a condition of high concentration of lipids (fats) in the blood characterized by increased concentrations of triglycerides, LDL (*Low Density Lipoprotein*) and blood cholesterol which exceed normal limits in humans, namely more than 200 mg/dl. Posyandu cadres as organizer of primary health efforts in the community. Provision of health information through cadres in stages and continuously can increase public knowledge so that health information will be more easily accepted by the community.

Objectives: The aim of this community service is to increase the knowledge of Posyandu Cadres in Sungai Rangas Tengah Village about Hyperlipidemia.

Methods: The method used is the method of socialization and discussion. Evaluation of cadre knowledge through *pre-test* and *post-test* questionnaires. Materials were provided through the media of leaflets containing information about the definition of hyperlipidemia, lipid or cholesterol levels, prevalence, causes, symptoms, ways of prevention, treatment pathways, how to take hyperlipidemia medications, cooking tips that reduce fat intake and lifestyle change therapies.

Results: The results of the *pre-test* calculations carried out by Posyandu cadres still lack understanding regarding hyperlipidemia. Posyandu cadres' knowledge increased after being

given information material regarding hyperlipidemia with 100% results or all Posyandu cadres experienced an increase in knowledge.

Conclusion: *The conclusion from this activity is that Posyandu cadres' knowledge about hyperlipidemia can increase by providing education about hyperlipidemia.*

Keywords: *Hyperlipidemia, Posyandu Cadres*

PENDAHULUAN

Hiperlipidemia atau hiperkolesterolemia adalah suatu keadaan tingginya konsentrasi lipid ditandai dengan meningkatnya konsentrasi trigliserida, LDL (low density lipoprotein), dan kolesterol darah melebihi batas normal (pada manusia > 200 mg/dl). Hal ini dapat ditimbulkan karena meningkatnya peroksidasi lipid yang disebabkan oleh radikal bebas di dalam tubuh, seperti organ hati (Nuralifah *et al.*, 2020). Kelebihan kolesterol dapat mengakibatkan mengendapnya kolesterol pada dinding pembuluh darah yang dapat menyebabkan penyempitan dan pengerasan pembuluh darah atau dikenal dengan aterosklerosis (proses pembentukan plak pada pembuluh darah). Keadaan ini dapat meningkatkan risiko terkena penyakit jantung koroner (Wahyuni *et al.*, 2022)

Prevalensi hiperlipidemia di dunia sekitar 45% dan di Asia Tenggara sekitar 30%, serta di Indonesia 35%. Kadar kolesterol yang tinggi di dalam darah telah terbukti berhubungan dengan peningkatan risiko penyakit jantung koroner, hipertensi, obesitas, dan stroke (Subandrate, 2019). Lima provinsi tertinggi di Indonesia dengan perilaku konsumsi makanan berlemak yaitu provinsi Jawa Tengah (60,3%), DI Yogyakarta (50,7%), Jawa Barat (50,1%), Jawa Timur (49,5%), dan Banten sebanyak 48,8%. Oleh karena itu, proporsi penduduk Indonesia dengan kadar kolesterol di atas normal lebih tinggi pada perempuan yaitu sebesar 39,6% jika dibandingkan dengan laki-laki sebesar 30% (Risksedas, 2013). Hiperlipidemia dapat dipengaruhi oleh 2 faktor, yaitu faktor risiko yang dapat dimodifikasi dan yang tidak dapat dimodifikasi. Faktor risiko yang dapat dimodifikasi antara lain asupan kolesterol, asupan tinggi lemak, kebiasaan merokok, kegemukan, aktivitas fisik rendah, dan stress tinggi. Sedangkan faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi adalah genetik, usia, jenis kelamin, dan ras (Fauziah *et al.*, 2020).

Kader Posyandu adalah salah satu bentuk partisipasi masyarakat sekitar dalam *Primary Health Care* yang dikembangkan melalui posyandu yang sudah diberi bekal pengetahuan dan keterampilan kesehatan melalui puskesmas setempat (Notoatmodjo, 2010). Kader kesehatan sebagai penggerak dan pengelola dalam upaya-upaya kesehatan primer di masyarakat, sehingga upaya-upaya kesehatan primer tersebut dapat berkembang dan berjalan secara optimal di masyarakat akan tetapi kader harus memiliki pengetahuan dan keterampilan dibidang kesehatan sesuai dengan pelatihan yang pernah diikuti di puskesmas dan memiliki kepercayaan dari masyarakat (Sumartini, 2020).

Kader posyandu harus mempunyai tingkat pengetahuan yang tinggi dan keterampilan terhadap masalah kesehatan di masyarakat karena masyarakat lebih dekat dengan kader kesehatan, hal ini karena kader posyandu yang merupakan salah satu masyarakat yang berasal dari tempat tinggal masyarakat tersebut dan komunikasi antara kader posyandu dengan masyarakat akan lebih mudah terjalin. Pemberian informasi kesehatan melalui kader secara bertahap dan berkelanjutan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat sehingga informasi kesehatan akan lebih mudah diterima oleh

masyarakat karena kader kesehatan berasal dari masyarakat setempat sehingga kader posyandu akan lebih mengenal kebiasaan dan karakteristik masyarakat (Rofif *et al.*, 2017). Berdasarkan latar belakang diatas, tim pengabdian kepada masyarakat melakukan edukasi tentang penyakit Hiperlipidemia atau Kolesterol tinggi kepada kader posyandu di Desa Sungai Rangas Tengah.

METODE

Metode yang digunakan adalah sosialisasi dan diskusi. Media informasi yang digunakan adalah leaflet. Kader Posyandu Desa Sungai Rangas Tengah yang terlibat sebanyak 7 orang. Media leaflet berisi informasi tentang pengertian Hiperlipidemia, kadar Hiperlipidemia (Kolesterol), prevalensi Hiperlipidemia, penyebab Hiperlipidemia, Gejala Penyakit Hiperlipidemia, cara pencegahan Hiperlipidemia, alur pengobatan Hiperlipidemia, cara minum obat Hiperlipidemia, tips memasak yang menurunkan asupan lemak dan kolesterol, dan terapi perubahan gaya hidup.

Kegiatan dilaksanakan dengan dua tahap. Tahap pertama adalah sebelum dilakukan penyampaian materi para Kader Posyandu diberikan *pre-test* untuk menilai pengetahuan mereka tentang pengertian hiperlipidemia, gejala hiperlipidemia, obat antikolesterol, penggunaan obat antikolesterol, dan efek samping dari obat antikolesterol. Selanjutnya, penyampaian materi tentang Hiperlipidemia kepada Kader Posyandu. Tahap kedua adalah diskusi tanya jawab. Selanjutnya, setelah penyampaian materi para kader posyandu diberikan *post-test* untuk menilai evaluasi keberhasilan pemberian materi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

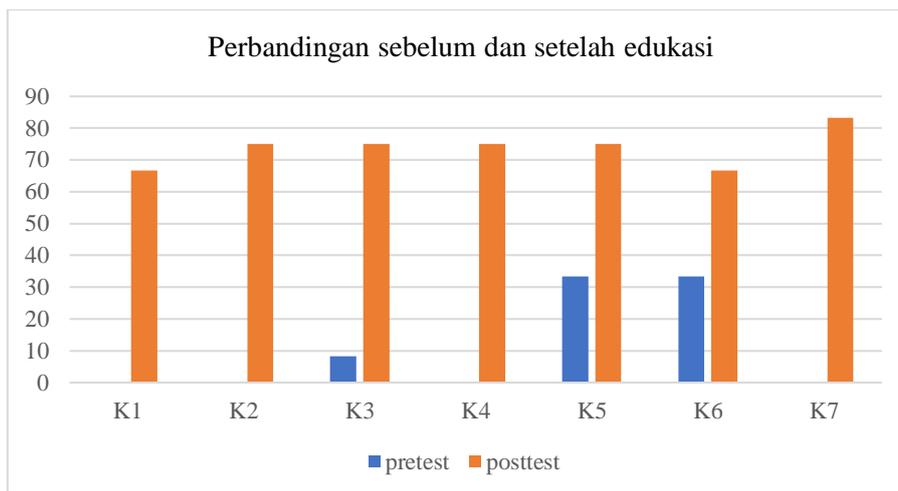
Kader kesehatan memiliki peran sebagai penyuluh kesehatan di desa. Kader kesehatan harus memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup agar dapat memberikan informasi yang benar sesuai batas kemampuannya (Saputri *et al.*, 2023). Kegiatan pengabdian masyarakat diawali dengan registrasi peserta yang terdiri dari ibu-ibu Kader Posyandu Desa Sungai Rangas Tengah berjumlah 7 orang. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan memberikan pengetahuan tentang Hiperlipidemia. Sebelum dilakukan pemberian edukasi, terlebih dahulu diberikan *pre-test*. Kemudian setelah pemberian edukasi diberikan *post-test*. *Post-test* dilakukan setelah jeda 2 minggu dari pemberian materi. Kuesioner sebagai indikator untuk melihat efek edukasi yang dilakukan kepada Kader Posyandu. Hasil *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan kader posyandu setelah dilakukan pemberian edukasi dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Penilaian *Pre-test* dan *Post-test*

No	Nama	<i>Pre-test</i> (%)	<i>Post-test</i> (%)
1.	K1	0	66.67
2.	K2	0	75
3.	K3	8.33	75
4.	K4	0	75
5.	K5	33.33	75
6.	K6	33.33	66.67
7.	K7	0	83.33

Berdasarkan tabel 1, pengetahuan Kader Posyandu sebelum diberikan edukasi memiliki pengetahuan yang rendah terhadap penyakit Hiperlipidemia. Kemudian setelah

diberikan edukasi terjadi peningkatan pengetahuan Kader Posyandu terhadap penyakit Hiperlipidemia.



Gambar 1. Perbandingan pengetahuan sebelum dan setelah edukasi

Dari gambar 1 dapat dilihat bahwa pengetahuan kader posyandu mengalami peningkatan sebesar 100% atau semua Kader Posyandu mengalami peningkatan setelah diberikan edukasi mengenai penyakit Hiperlipidemia. Media pembelajaran yang digunakan adalah leaflet. Leaflet terbukti bisa meningkatkan pengetahuan dan pemahaman serta mengubah kebiasaan untuk menjaga kesehatannya (Hakim *et al.*, 2023). Pada tahap pertama pengabdian dilakukan pemberian edukasi kepada Kader Posyandu Desa Sungai Rangas Tengah. Penyampaian materi dilakukan oleh tim pengabdian menggunakan media leaflet edukasi tentang Hiperlipidemia. Penggunaan media leaflet dalam memberikan edukasi, karena media leaflet memuat informasi yang sederhana dan mudah dibaca oleh masyarakat.



Gambar 2. Kegiatan diskusi tanya jawab

Tahapan kedua yaitu diskusi antara tim pengabdian dan Kader Posyandu. Kegiatan ini bertujuan agar kader kesehatan desa tersebut memahami pengertian hiperlipidemia, kadar lipid atau kolestrol, prevalensi, penyebab, gejala, cara pencegahan, alur pengobatan, cara minum obat hiperlipidemia serta tips memasak yang menurunkan asupan lemak dan terapi perubahan gaya hidup. Kemudian Kader Posyandu desa tersebut

melakukan diskusi untuk memahami isi leaflet agar mampu menyampaikan atau mengedukasi warga yang lainnya. Tahap selanjutnya adalah evaluasi Kader Posyandu dengan meminta menjawab *post-test*, pertanyaan yang diberikan sama persis dengan pretest. Hal ini bertujuan untuk mengetahui besarnya perubahan pengetahuan Kader Posyandu setelah diberikan edukasi tentang Hiperlipidemia melalui media leaflet.

Pada kegiatan ini digunakan media leaflet yang bertujuan untuk menambah pengetahuan Kader Posyandu. Leaflet ini juga dapat dengan mudah dibawa kemana-mana untuk menyebarkan informasi kepada orang lain dibandingkan media lainnya seperti *power point*. Sehingga, tujuan dari edukasi ini bisa lebih luas, tidak hanya bagi para peserta penyuluhan tetapi bisa meluas ke keluarganya bahkan masyarakat. Kegiatan edukasi menerapkan metode sosialisasi dan diskusi dimana proses pembelajaran menerapkan interaksi dua arah antara tim pengabdian dengan Kader Posyandu. Pada metode ini mengutamakan kolaborasi dalam memecahkan masalah untuk menerapkan pengetahuan dalam mencapai tujuan pembelajaran (Pristya, 2020).

Pada hasil kegiatan pengabdian yang dilakukan, kader posyandu memahami tentang penyakit Hiperlipidemia, tetapi kurangnya perhatian masyarakat dalam menjaga pola hidup sehat seperti pola makan, dan kurang olahraga rutin menyebabkan mudahnya untuk terkena penyakit seperti Hiperlipidemia khususnya pada usia rentan yaitu usia lanjut. Edukasi dilakukan dengan menggunakan media leaflet dengan harapan Kader Posyandu akan melanjutkan pemberian informasi kepada masyarakat mengenai penyakit Hiperlipidemia sebagai upaya pencegahan penyakit Hiperlipidemia atau Kolesterol tinggi.



Gambar 3. Foto bersama tim Pengabdian dengan Kader Posyandu

Hasil evaluasi menunjukkan semua Kader Posyandu sudah mulai mengetahui tentang pengertian hiperlipidemia, kadar lipid atau kolesterol, prevalensi, penyebab, gejala, cara pencegahan, alur pengobatan, cara minum obat hiperlipidemia serta tips memasak yang menurunkan asupan lemak dan terapi perubahan gaya hidup.

SIMPULAN

Simpulan yang dapat diambil dari kegiatan ini adalah pengetahuan Kader Posyandu dapat meningkat dengan cara pemberian materi dan diskusi secara langsung. Setelah pemberian materi semua Kader Posyandu menunjukkan peningkatan pengetahuan berdasarkan hasil *post-test*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi yang telah memberikan pendanaan melalui Hibah Pengabdian Kepada Masyarakat tahun anggaran 2023. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Amanda Shelvia Savitri, Anisa Ujuldah, dan Aulia Damayanti yang telah membantu pelaksanaan Pengabdian Masyarakat.

REFERENSI

- Fuaziah, W. D., Mulyani, E., Ayu Oktariani, G. (2020). Gambaran Penggunaan Obat Antihiperlipidemia Pada Pasien Rawat Jalan Di RSHD Kota Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Farmacy*, 7(2), 263-269.
- Hakim, A. R., Saputri, R., Zulliati, Z., & Mustaqimah, M. (2023). Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Mengedukasi Dari Kader Kesehatan Tentang Penyakit Hipertensi: Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Mengedukasi Dari Kader Kesehatan Tentang Penyakit Hipertensi. *Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh*, 2(1), 1–9.
- Notoatmodjo, S. (2010). Ilmu perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta, 200, 26–35.
- Nuralifah, Wahyuni, Parawansah, & Dwi shintia, W. (2020). Uji Aktivitas Antihiperlipidemia Ekstrak Etanol Daun Notika. *Journal Syifa Sciences and Clinical Research*, 2(1), 1–10.
- Pristya, T. Y. R., & Amalia, R. (2020). Edukasi Dengan Media Leaflet Dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Pembalut Kain. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 3(2), 339-345.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2013). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2013.
- Rofif, R. F., Rasni, H., & Sulistyorini, L. (2017). Pengaruh Pendidikan Perawatan Bayi Baru Lahir dengan Metode Syndicate Group terhadap Pengetahuan Kader Posyandu di Desa Sumberdanti Wilayah Kerja Puskesmas Sukowono Kabupaten Jember (The Effect of Newborn Care Education Using Syndicate Group Method to the. *Pustaka Kesehatan*, 4(3), 555–562.
- Saputri, R., Hakim, A. R., Mustaqimah, M., Savitri, A. S. ., Ujuldah, A. ., Damayanti, A. ., Defitamira, O. ., Sari, R. N. ., & Vania, R. A. . (2023). Pendidikan Tentang Hipertensi Dan Pelatihan Menggunakan Alat Tensimeter Digital Bagi Kader Kesehatan Desa Sungai Rangas Tengah. *Majalah Cendekia Mengabdikan*, 1(2), 52–56.
- Subandrate, Susilawati, & Safyudin. (2020). Mentorship of Prevention and Treatment Effort of Hypercholesterolemia in Students. *Jurnal Arsip Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 1–7.
- Sumartini, E., Nurawaliyah, S., Aima, F., Hermawati, R., Susanti, S., & Isfanny, S. (2020). Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan Stunting melalui Budaya Gotong Royong. *Jurnal Abdimas Kesehatan Tasikmalaya*, 2(02), 19–25.
- Wahyuni, S., Wahab, M., & Fitriani, L. (2022). Upaya Menurunkan Kadar Kolestrol Pada Lansia Melalui Pemberian Air Rebusan Daun Karsen. *SIPISSANGNGI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 234.

