



## PENDAMPINGAN KONSELING GIZI PADA PESERTA PROLANIS DI PUSKESMAS LEYANGAN KABUPATEN SEMARANG

Sri Noor Mintarsih<sup>\*)</sup> ; Setyo Prihatin ; Mohammad Jaelani ; Suharni Iryanti

Prodi DIV Gizi ; Jurusan Gizi ; Poltekkes Kemenkes Semarang  
Jl. Wolter Monginsidi 115 ; Pedurungan ; Semarang

### Abstrak

Kegiatan PROLANIS merupakan kebijakan BPJS Kesehatan telah dilaksanakan di Puskesmas Leyangan Kabupaten Semarang sejak tahun 2015. Keterlibatan petugas kesehatan dalam teknik memberikan penyuluhan gizi yang dianggap paling sulit yaitu Konseling Gizi. Tujuan pengabdian yaitu berperan serta melakukan kegiatan pendampingan secara teknis yaitu dengan memberikan konseling gizi pada peserta PROLANIS di Puskesmas Leyangan Kabupaten Semarang. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Oktober 2016 di Puskesmas Leyangan Kabupaten Semarang. Sasaran adalah peserta PROLANIS yang terdaftar yaitu penyandang hipertensi dan diabetes mellitus sebanyak 30 orang. Bentuk kegiatan berupa Pendampingan Konseling Gizi. Data yang dikumpulkan adalah pengetahuan dan sikap peserta dalam bentuk Pre Tes dan Post Tes. Pengumpulan data dengan metoda wawancara menggunakan kuesioner terstruktur. Pengetahuan dan sikap peserta meningkat setelah mendapatkan Konseling Gizi . Pendampingan Konseling gizi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap peserta PROLANIS. Disarankan kegiatan konseling gizi dilaksanakan secara rutin setiap bulan sesuai hasil pemeriksaan kesehatan.

**Kata kunci:** *Konseling Gizi ; Pengetahuan ; Sikap ; Peserta PROLANIS*

### Abstract

[THE EFFECT of NUTRITION COUNSELING ASSISTANCE TO PARTICIPANTS PROLANIS IN PUBLIC HEALTH DISTRICT SEMARANG LEYANGAN] Activity BPJS PROLANIS is a policy has been implemented in PHC Leyangan Semarang District since 2015. Limitations of health workers in techniques provide nutrition counseling is considered the most difficult namely Nutrition Counseling. The aims of study was giving assistance to participants PROLANIS nutritional counseling. The activities carried out in October 2016 in Puskesmas Leyangan. Goals are PROLANIS participants registered at health centers ie with hipertension and diabetes Mellitus as many as 30 people. Form of activity is Nutrition Counseling. The data collected is the knowledge and attitudes of participants about the activities PROLANIS, hipertension diet and diabetes mellitus taken through Pre Test and Post Test. The method of collecting data through interviews using a structured questionnaire. Knowledge and attitudes of participants increased after getting Nutrition Counseling. Assistance Nutritional counseling is effective in improving the knowledge and attitudes of participants PROLANIS. Assistance Nutritional counseling is effective in improving the knowledge and attitudes of participants PROLANIS.

**Keywords:** *Nutrition Counseling Assistance ; participants PROLANIS*

### 1. Pendahuluan

PTM beserta faktor risikonya sangat berhubungan erat dengan determinan social ekonomi dan kualitas hidup yaitu tingkat

pendidikan dan pengangguran. Pilihan gaya hidup tidak sehat sudah banyak dipraktikan di segala lapisan penduduk Indonesia. Hal tersebut antara lain mengonsumsi tembakau, pola makan yang tidak seimbang, misalnya

<sup>\*)</sup> Sri Noor Mintarsih  
E-mail: [srinoormintarsih@gmail.com](mailto:srinoormintarsih@gmail.com)

tinggi lemak dan rendah serat, kurang aktivitas dan olah raga serta kondisi lingkungan yang tidak kondusif terhadap kesehatan. Faktor inilah yang merupakan faktor resiko Penyakit Tidak Menular.

Pengobatan untuk penyakit tidak menular ini memakan waktu yang lama dan biaya besar, sehingga tidak hanya mempengaruhi ekonomi si penderita tetapi juga keluarganya. Program Kemenkes RI dalam penanggulangan dan pencegahan yang terstruktur dan terencana dengan baik diperlukan kerjasama dari berbagai pihak seperti lintas sektor, swasta, organisasi profesi, organisasi kemasyarakatan dan seluruh lapisan masyarakat.

BPJS Kesehatan dalam kebijakannya menyelenggarakan kegiatan PROLANIS (Program Pengelolaan Penyakit Kronis) yaitu suatu sistem pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang dilaksanakan secara terintegrasi yang melibatkan Peserta, Fasilitas Kesehatan dan BPJS dalam rangka pemeliharaan kesehatan bagi peserta BPJS Kesehatan yang menderita penyakit kronis untuk mencapai kualitas hidup yang optimal dengan biaya pelayanan kesehatan yang efektif dan efisien.

Pada kenyataannya penyelenggaraan PROLANIS masih dijumpai berbagai kendala. Belum semua Puskesmas melaksanakan kegiatan PROLANIS sesuai pedoman. Keterbatasan petugas kesehatan khususnya dalam teknik memberikan penyuluhan gizi yang dianggap paling sulit yaitu pelayanan konseling.

Puskesmas Leyangan telah melaksanakan kegiatan PROLANIS sejak bulan Januari 2015. Kegiatan tersebut secara rutin dilaksanakan setiap bulan dengan aktifitas pemantauan kesehatan, konsultasi medis, edukasi dalam bentuk penyuluhan kelompok dan senam sehat. Kegiatan yang belum pernah dilakukan adalah Konseling. Teknik penyuluhan ini dianggap lebih efektif karena sesuai dengan kondisi dan penyakit masing-masing peserta.

Diharapkan peran Poltekkes Kemenkes Semarang dalam kegiatan pendampingan dapat membantu pemikiran alternatif pemecahan masalah yang dihadapi dan memberikan kontribusi positif bagi keberhasilan PROLANIS.

Jurusan Gizi mencoba untuk berperan serta dengan menyumbangkan ilmu dan ketrampilannya dalam mengatasi kendala di atas melalui kegiatan pendampingan dalam bentuk kegiatan pendampingan konseling dan penyuluhan gizi kepada peserta PROLANIS.

## 1. Metode

Sasaran kegiatan pendampingan adalah peserta PROLANIS di Puskesmas Leyangan dengan jumlah peserta yang terdaftar sebanyak 30 orang. Peserta PROLANIS adalah penyandang Hipertensi dan Diabetus Mellitus. Bentuk kegiatan adalah memberikan konseling gizi sesuai dengan penyakit berdasarkan hasil pemeriksaan.

Jenis kegiatan yaitu Pendampingan Penyuluhan dan Konseling Gizi. Pengetahuan dan sikap peserta dilihat pada sebelum dan sesudah diberi pendampingan dalam bentuk Pre dan Post Test.

Kegiatan dilaksanakan pada bulan Oktober sampai dengan November 2016. Tempat kegiatan di Puskesmas Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang.

Kegiatan pendampingan difasilitasi oleh Puskesmas Leyangan bersama laboratorium Klinik CITO. Sarana untuk Konseling Gizi adalah food models /contoh bahan makanan dan leaflet tentang hipertensi dan Hyperglikemi. Leaflet tersebut dipilih sesuai dengan sasaran yang dilayani PROLANIS adalah penyandang hipertensi dan Diabetus Mellitus tipe II. Pengetahuan dan sikap peserta diperoleh dengan metoda wawancara pada saat kegiatan PROLANIS berlangsung.

Untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta dilihat berdasarkan skor jawaban pertanyaan yang dijawab benar. Sedangkan sikap peserta dilihat berdasarkan pendapat dari pernyataan yang diajukan. Peningkatan pengetahuan dan sikap peserta dilihat berdasarkan nilai pre test dan post test. Pre test dilakukan sebelum pendampingan dan post test dilakukan 1 bulan setelah pendampingan.

Evaluasi kegiatan ini dilakukan pada saat pelatihan dan 1 bulan setelah Pelatihan. Indikator yang digunakan adalah melihat peningkatan pengetahuan dan sikap peserta. Tolok ukur keberhasilan kegiatan dengan melihat adanya perbedaan tingkat pengetahuan dan sikap peserta PROLANIS secara bermakna melalui *paired t test* dengan tingkat kepercayaan sebesar 95 % atau  $p=0,05$

## 2. Hasil dan Pembahasan

### *Gambaran Umum Kegiatan Pendampingan*

Puskesmas Leyangan telah melaksanakan kegiatan PROLANIS sejak bulan Januari 2015. Peserta adalah penyandang hipertensi dan

diabetes mellitus tipe II yang tercatat sebagai peserta BPJS di Puskesmas Leyangan. Kegiatan tersebut secara rutin dilaksanakan setiap bulan pada hari Kamis minggu III dengan aktifitas pemeriksaan kesehatan, konsultasi medis, edukasi dalam bentuk penyuluhan kelompok. Rata-rata kehadiran peserta sebanyak 23 orang (76,67%) . Jenis pemeriksaan kesehatan yang dilakukan adalah pemeriksaan tekanan darah dan kadar gula, pengukuran Tinggi Badan dan penimbangan Berat Badan. Kegiatan selanjutnya adalah senam sehat yang dilaksanakan setiap bulan sekali pada hari Sabtu minggu III selama 60 menit setelah pemeriksaan kesehatan.

Jumlah peserta PROLANIS sebanyak 30 orang yang terdiri dari 10 orang laki-laki (33,33 %) dan 20 orang perempuan (66,67%). Jenis penyakit peserta adalah 12 orang hipertensi (40 %), 10 orang Diabetes Melitus (33,33%) serta 8 orang Diabetes Mellitus dan hipertensi (26,67%). Usia peserta termuda 43 tahun dan tertua 72 tahun. Materi konseling adalah Diet hipertensi dan atau diet diabetes mellitus

*Pengetahuan Peserta PROLANIS*

**Tabel 1.** Skor rata-rata pengetahuan peserta PROLANIS disajikan pada tabel 1 berikut:

NILAI	PRE TES	POST TES
Mean	70,17	76,83
Standar Deviasi	12,28	10,38

Tabel diatas memperlihatkan bahwa terdapat peningkatan skor rata-rata pengetahuan peserta PROLANIS setelah mendapat Konseling Gizi. Skor rata-rata sebelum adalah 70,17 dan sesudah mendapat Konseling Gizi menjadi 76,83. Pengetahuan peserta baik sebelum dan sesudah mendapat Konseling Gizi termasuk kategori tinggi (Skor rata-rata  $\geq 70$ ). Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan PROLANIS dapat menambah pengetahuan peserta karena selain pemeriksaan kesehatan, kegiatan rutin yang telah dilakukan oleh Puskesmas adalah Penyuluhan Kelompok dengan berbagai macam topik yang terkait hipertensi dan diabetes mellitus.

Hasil pre tes menunjukkan bahwa beberapa peserta Prolanis belum memahami tentang jenis pemeriksaan yang dilakukan, anjuran untuk hidup sehat, dan gejala umum penderita hipertensi dan diabetes mellitus. Serta belum memahami berbagai jenis bahan makanan yang dianjurkan, dibatasi dan dihindari bagi

penderita hipertensi dan hiperglikemi.

*Sikap Peserta PROLANIS*

Sikap peserta PROLANIS dapat diketahui dari beberapa pernyataan yang diajukan tentang manfaat kegiatan, diet sesuai dengan penyakit dan anjuran obat yang diberikan. Jumlah pernyataan sebanyak 20 butir.

**Tabel 2.** Skor sikap peserta sebelum dan sesudah diberi Konseling Gizi

NILAI	PRE TES	POST TES
Mean	59,10	61,23
Standar Deviasi	4,21	3,04

Skor rata-rata sikap peserta pada Pre tes adalah 59,10 sedangkan pada Pos Tes 61,23. Sikap peserta yang kurang mendukung adalah pentingnya PROLANIS bagi kesehatan, pentingnya monitor Berat Badan, anjuran untuk melakukan Olahraga dan aktifitas setiap hari serta makanan yang perlu diperhatikan bagi penyandang hipertensi dan Diabetes Mellitus.

*Efektifitas Pendampingan terhadap Pengetahuan peserta PROLANIS*

Untuk melihat efektifitas pendamping terhadap pengetahuan peserta dilakukan *paired t tes*. Hasil uji diperoleh nilai  $p=0,009$  ( $p<0,05$ ). Hal ini dapat disimpulkan bahwa konseling gizi efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta.

Kegiatan pendampingan yang dilakukan dengan cara menyampaikan pesan melalui penyuluhan dan konseling gizi . Tujuan dari konseling gizi adalah meningkatkan pengetahuan peserta . Hal ini dapat dilihat dari peningkatan skor rata-rata pengetahuan dari 70,17 menjadi 76,83.

*Efektifitas Pendampingan terhadap Sikap peserta PROLANIS*

Peningkatan skor rata-rata sikap peserta sesudah mendapat pendampingan Konseling menunjukkan efektifitas pendampingan. Hasil uji menunjukkan nilai  $p = 0,011$  ( $p<0,05$ ). Dapat disimpulkan bahwa pendampingan konseling gizi efektif merubah sikap peserta.

Pendampingan yang dilakukan adalah memberikan perhatian, menyemangati, mengajak, memberi pemikiran/solusi, menyampaikan bantuan, memberikan nasihat

kepada peserta dalam bentuk Konseling Gizi. Sehingga dengan adanya penyuluhan dan konseling gizi dapat menghasilkan perubahan sikap peserta PROLANIS . Skor rata-rata sikap peserta meningkat dari 59,10 menjadi 61,23.

### **3. Simpulan dan Saran**

Konseling gizi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap peserta PROLANIS. Konseling Gizi perlu dilaksanakan secara rutin setiap bulan bagi peserta PROLANIS berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan.

### **4. Ucapan Terima Kasih**

Terima kasih disampaikan kepada Kepala Puskesmas Leyangan Kabupaten Semarang beserta Staf, Seluruh Peserta PROLANIS serta Mahasiswa DIV Alih Jenjang Kelas Semarang yang telah membantu sejak awal hingga akhir kegiatan pengabdian kepada masyarakat

### **5. Daftar Pustaka**

- Bustan, 2007. Epidemiologi Penyakit Tidak Menular. Jakarta : Rineka Cipta.
- Depkes RI, Kebijakan dan Strategi Nasional Pencegahan dan Penanggulangan Penyakit Tidak Menular, Jakarta, 2003.
- Dirjen PPM-PL, Depkes RI, Panduan Praktis Surveilans Penyakit Tidak Menular, Jakarta : 2002.
- Depkes RI. Warta Pengendalian Penyakit Tidak Menular. Jakarta : 2006.
- Dinkes Propinsi Jawa Tengah. Pedoman Surveilans Penyakit Tidak Menular PTM Semarang : 2004.
- Dinkes Propinsi Jawa Tengah. Pedoman Deteksi Dini Faktor Resiko Penyakit Tidak Menular Berbasis Masyarakat.Semarang : 2010.
- Hidayat, Sugeng. "Posyandu dan permasalahannya", Buletin SDM Kesehatan. Jakarta : Depkes RI, 2008