



## Konseling dan Penyuluhan Pengobatan Dislipidemia di RW.008 Kelurahan Grogol Selatan Kebayoran Lama Jakarta Selatan

### *Counseling And Counseling in Treatment Of Dyslipidemia at RW.008 Grogol Selatan Kebayoran Lama Kebayoran Lama Selatan Jakarta*

Farisa Luthfiana<sup>1</sup>, Fajar Amirulah<sup>2</sup>, Anton Hadi Wibowo<sup>3\*</sup>

<sup>123</sup> Fakultas Farmasi, Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta, Jakarta Utara, Indonesia  
[antonhadiwi@gmail.com](mailto:antonhadiwi@gmail.com)<sup>3\*</sup>

Alamat: Jl. Sunter Permai Raya, Sunter Agung, Kec. Tj. Priok, Jkt Utara, Daerah Khusus  
Ibukota Jakarta 14350

Korespondensi penulis: [antonhadiwi@gmail.com](mailto:antonhadiwi@gmail.com)

#### Article History:

Received: September 18, 2024;

Revised: Oktober 19, 2024;

Accepted: November 11, 2024;

Published: November 15, 2024

**Keywords:** Dyslipidemia;

Counseling; Elderly; Extension;

Prolanis

**Abstract:** *This research aims to increase the knowledge and awareness of elderly people suffering from dyslipidemia in RW.008 Grogol Selatan Subdistrict about the disease, treatment and risk factors. Through outreach and counseling activities, a significant increase in participants' knowledge was found after the intervention. The results of the study showed that the intervention was successful in increasing participants' knowledge about dyslipidemia, as well as encouraging behavioral changes towards a healthier lifestyle. This activity also contributes to student development through direct experience in providing health services to the community. The results of this study also showed a significant increase in participants' knowledge about disease, treatment and risk factors for dyslipidemia after being given the intervention. These findings highlight the importance of strengthening the educational component in the Prolanis program to improve the quality of life for chronic disease sufferers. Apart from that, this research also provides recommendations for improving the Prolanis program in the future. These findings show that appropriate health education is key in managing chronic diseases.*

#### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia penderita dislipidemia di RW.008 Kelurahan Grogol Selatan tentang penyakit, pengobatan, dan faktor risiko. Melalui kegiatan penyuluhan dan konseling, ditemukan peningkatan signifikan pada pengetahuan peserta setelah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan berhasil meningkatkan pengetahuan peserta tentang dislipidemia, serta mendorong perubahan perilaku menuju gaya hidup yang lebih sehat. Kegiatan ini juga memberikan kontribusi dalam pengembangan mahasiswa melalui pengalaman langsung dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat. Hasil penelitian ini juga menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan peserta mengenai penyakit, pengobatan, dan faktor risiko dislipidemia setelah diberikan intervensi. Temuan ini menyoroti pentingnya memperkuat komponen edukasi dalam program Prolanis untuk meningkatkan kualitas hidup penderita penyakit kronis. Selain itu, penelitian ini juga memberikan rekomendasi untuk perbaikan program Prolanis di masa mendatang. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang tepat merupakan kunci dalam pengelolaan penyakit kronis.

**Kata kunci :** Dislipidemia; Konseling; Lansia; Penyuluhan; Prolanis

## **1. PENDAHULUAN**

Hiperlipidemia adalah kondisi abnormal berupa kelainan lemak (lipid) dalam plasma berupa peningkatan satu atau lebih kadar kolesterol total, LDL, kenaikan kadar trigliserida (TG) atau bersamaan dengan penurunan kadar HDL dalam plasma darah. Hiperlipidemia adalah meningkatnya kadar kolesterol melebihi 200 mg/dL dan/atau trigliserida melebihi 150 mg/dL (Mihardja, 1999). Dislipidemia, sering disebut sebagai kelainan lemak darah, merupakan kondisi medis yang ditandai dengan ketidaknormalan kadar lemak (lipid) dalam darah. Kondisi ini terjadi ketika kadar kolesterol jahat (LDL) dan/atau trigliserida terlalu tinggi, atau ketika kadar kolesterol baik (HDL) terlalu rendah. Lemak-lemak ini berperan penting dalam tubuh, namun jika kadarnya tidak seimbang, dapat menumpuk di dinding pembuluh darah dan membentuk plak. Plak inilah yang dapat menyumbat aliran darah dan meningkatkan risikoterjadinya penyakit jantung, stroke, dan penyakit pembuluh darah perifer (Hariadini, 2020).

Faktor makanan seperti konsumsi berlebihan makanan tinggi kolesterol, lemak jenuh, dan kalori merupakan kontributor utama. Gaya hidup yang kurang sehat, termasuk kurangnya aktivitas fisik dan konsumsi alkohol, juga dapat meningkatkan risiko. Faktor genetik atau keturunan juga memiliki peran penting, di mana beberapa individu memiliki predisposisi genetik untuk mengalami hiperlipidemia. Selain itu, usia juga menjadi faktor risiko, dengan peningkatan kadar kolesterol yang sering terjadi seiring bertambahnya usia (Trimurtini, 2022).

Komplikasi dari hiperlipidemia dapat sangat serius dan mengancam jiwa. Plak yang terbentuk di dalam pembuluh darah dapat pecah dan menyebabkan pembekuan darah, yang dapat memicu serangan jantung atau stroke. Selain itu, hiperlipidemia juga dapat menyebabkan penyakit arteri perifer, yang ditandai dengan penyempitan pembuluh darah di kaki dan menyebabkan nyeri saat berjalan (Hill, 2022).

Untuk mencegah dan mengelola hiperlipidemia, perubahan gaya hidup sangat penting. Ini termasuk mengadopsi pola makan sehat dengan mengurangi konsumsi lemak jenuh dan kolesterol, meningkatkan konsumsi buah-buahan, sayuran, dan serat, serta melakukan aktivitas fisik secara teratur. Dalam beberapa kasus, obat-obatan juga mungkin diperlukan untuk menurunkan kadar lemak dalam darah (Hariadini, 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO) penggunaan obat yang tidak rasional sekitar 50% disebabkan oleh persepsian, penyediaan, atau diberikan secara tidak tepat dan sekitar 50% lainnya karena tidak digunakan secara tepat oleh pasien. Apoteker sangat berperan dalam menjamin ketepatan penggunaan obat pada pasien untuk meminimalisir efek

samping, kejadian yang tidak diinginkan dan keracunan. Peran apoteker berupa skrining permintaan obat, melakukan penyiapan obat, penyerahan dan pemberian informasi obat, konseling, monitoring dan evaluasi. Penggunaan obat yang tidak tepat salah satunya dapat disebabkan akibat dari informasi yang tidak lengkap atau tidak benar. (Hariadini, 2020)

Dalam *Journal of Emergency Practice and Trauma* dilaporkan pasien dengan rabdomiolisis terkait dengan penggunaan statin. Pasien menggunakan 40 mg atorvastatin untuk hiperlipidemia dan dosis tambahan 20 mg tablet yang diinisiasi sendiri tanpa anjuran dokter. Sebagai kesimpulan statin mengakibatkan efek samping yang fatal jika tidak digunakan dengan tepat (Hariadini, 2020).

Berdasarkan uraian diatas, maka perlu dilakukan edukasi tentang pemakaian obat yang benar, sesuai dosis dan ketepatan penggunaan obat simvastatin atau golongan statin yang lain pada pasien hiperkolesterolemia, mengingat efek samping yang mungkin terjadi.

## **2. METODE**

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Metode pelaksanaan yang dilakukan kepada masyarakat berupa peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang dislipidemia. Kegiatan Sosialisasi kepada Masyarakat melalui konseling dan penyuluhan oleh seluruh mahasiswa matakuliah farmakoterapi terapan. Kegiatan ini dilaksanakan pada Jumat, 25 Oktober 2024 pukul 08.00-11.30 WIB di RW.008 Kelurahan Grogol Selatan, Kebayoran Lama Jakarta Selatan. Sasaran pelaksanaan kegiatan adalah seluruh lansia prolanis dari Kelurahan Grogol Selatan sebanyak 30 peserta. Kegiatan ini dilaksanakan dengan cara melakukan sosialisasi tentang pengobatan dislipidemia, melakukan kampanye tentang dislipidemia melalui brosur, dan *Pre-test* mengenai Tingkat pengetahuan peserta mengenai dislipidemia.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian pada masyarakat dalam bidang Farmakoterapi Terapan ini diketahui bahwa pengetahuan lansia Prolanis (program pengelolaan penyakit kronis) masih kurang tentang konsumsi makanan dan bagaimana sifat dislipidemia (hiperkolesterolemia) sebagai penyakit kronis. Demikian pula pengetahuan tentang pengobatan, dimana sebagian lansia mengira obat untuk menurunkan hiperkolesterolemia dapat dihentikan jika kolesterol berada pada angka normal, hal ini diketahui dari pertanyaan-pertanyaan yang diajukan.



**Gambar 1.** Kegiatan Sosialisasi

Konseling dan Penyuluhan Pengobatan dislipidemia di RW.008 Kelurahan Grogol Selatan Kebayoran Lama Jakarta Selatan seperti yang ditunjukkan pada rekapitulasi pada lampiran 6. Dari 15 pertanyaan yang diajukan tentang pengetahuan penyakit dislipidemia, pencegahan dan pengobatan, skor mengalami peningkatan setelah dilakukan penyuluhan dan konseling. Lansia prolanis yang telah mengidap hiperkolesterol sebagian tidak memiliki pengetahuan yang cukup mengenai penyakit yang diidapnya. Hal ini menimbulkan banyak pertanyaan yang muncul pada sesi tanya jawab. Oleh karena itu, mahasiswa memberikan sesi konseling bagi yang membutuhkan.

Pengetahuan yang kurang mengenai pengobatan dislipidemia dapat berakibat buruk pada kesehatan para lansia berhubungan dengan penyakit jantung dan pembuluh darah. Informasi yang didapat adalah bahwa pada kegiatan prolanis bulanan, hanya dilakukan pengukuran tekanan darah, tes kolesterol dengan alat easy touch, dan pemberian obat dislipidemia. Penjelasan mengenai apa penyebab dislipidemia tidak didapatkan pada kegiatan bulanan Prolanis, dan hal ini sangat disayangkan. Beberapa kejadian serangan jantung dan stroke dapat ditemukan pada lingkungan RW.008, dimana sebelumnya juga merupakan pengidap dislipidemia. Akan sangat sulit mencapai masyarakat sehat yang terhindar dari masalah penyakit jantung dan pembuluh darah apabila warga masyarakat tidak dibekali dengan pengetahuan tentang faktor-faktor penyebab masalah dislipidemia yang mencakup kolesterol secara umum, LDL, HDL yang menyebabkan masalah besar pada jantung dan pembuluh darah. Di luar itu ada jenis lemak di darah yang bukan golongan kolesterol yaitu Trigliserida yang juga dapat menyebabkan masalah pada pembuluh darah dan jantung, jenis trigliserida ini terutama didapat dari makanan yang dikonsumsi.



**Gambar 2.** *Pre-test* peserta

Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa dari 30 responden yang menjawab dengan benar sebanyak 79,11% dan 20,89% yang menjawab tidak benar. Hal ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain kepercayaan, keyakinan, budaya, tradisi, dan sebagainya. Pengetahuan seseorang terkait suatu penyakit yang dialami merupakan aspek penting dalam mencapai derajat kesehatan. Berbagai upaya dapat dilakukan oleh responden untuk memperoleh pengetahuan antara lain dengan bertanya pada orang lain yang lebih tahu. Selain itu pengalaman yang dimiliki juga dapat digunakan untuk mendapatkan pengetahuan, pengalaman terdahulu dapat digunakan sebagai gambaran untuk memperoleh pengetahuan (Budiman et al., 2013).

Dari hasil *post-test* menunjukkan dari 30 responden semua menjawab benar dengan persentase 100%. Pengetahuan yang baik dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri dari pendidikan, motivasi, dan persepsi. Sedangkan faktor eksternal yaitu informasi dari media masa seperti televisi, radio, koran, majalah, internet, dan sebagainya. Banyak penelitian menemukan fakta bahwa seseorang yang berpengetahuan baik belum tentu memiliki cara pandang yang sama dengan orang yang berpengetahuan kurang baik. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan salah satunya lingkungan, ekonomi, gaya hidup, dan kepercayaan (Sunarti et al., 2010). Peningkatan pengetahuan yang diketahui dari *post-test* ini tidak terlepas dari penyuluhan dan konseling tentang bagaimana cara mencegah terjadi dan meringankan kondisi hiperlipidemianya, yang dilakukan oleh mahasiswa-mahasiswa UTA'45 Jakarta dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada kesempatan ini.

Penyuluhan dan konseling yang diberikan dalam kegiatan pengabdian ini berhasil meningkatkan secara signifikan pengetahuan lansia mengenai dislipidemia. Peningkatan pengetahuan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang tepat dan berkelanjutan sangat penting dalam mengubah perilaku dan meningkatkan kualitas hidup penderita penyakit

kronis. Namun, perlu diingat bahwa peningkatan pengetahuan tidak selalu berbanding lurus dengan perubahan perilaku. Faktor-faktor lain seperti motivasi, dukungan sosial, dan akses terhadap layanan kesehatan juga berperan penting dalam mendorong perubahan perilaku.



**Gambar 3.** Pemberian Brosur kepada Peserta

Hasil penelitian ini juga menyoroti pentingnya peran program Prolanis dalam upaya pengelolaan penyakit kronis. Meskipun program Prolanis telah berjalan, namun perlu dilakukan perbaikan dalam hal penyampaian informasi kepada peserta. Materi edukasi yang lebih komprehensif dan interaktif perlu dikembangkan untuk memastikan bahwa peserta benar-benar memahami penyakit yang mereka derita dan cara mengelola penyakit tersebut. Selain itu, perlu juga melibatkan keluarga dan komunitas dalam upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang dislipidemia.

Temuan penelitian ini memiliki beberapa implikasi penting bagi upaya pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular, khususnya dislipidemia. Pertama, perlu dilakukan upaya yang lebih sistematis untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang faktor risiko, gejala, dan komplikasi dislipidemia. Kedua, program-program edukasi kesehatan perlu dirancang dengan melibatkan masyarakat secara aktif dan disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan masing-masing kelompok. Ketiga, perlu adanya kerjasama yang kuat antara tenaga kesehatan, masyarakat, dan berbagai pemangku kepentingan lainnya untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perilaku sehat.

#### **4. KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di RW.008 Kelurahan Grogol Selatan telah berhasil meningkatkan pengetahuan warga mengenai hiperkolesterolemia, mendorong perubahan perilaku menuju pola hidup sehat, dan memberikan dukungan fasilitas untuk kegiatan Prolanis. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat tidak

hanya bermanfaat bagi masyarakat, tetapi juga memberikan pengalaman berharga bagi mahasiswa sebagai bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi. Dengan demikian, diharapkan kegiatan serupa dapat terus dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

BPOM. (2015). Statin. <https://pionas.pom.go.id/ioni/bab-2-sistem-kardiovaskuler-0/210-hipolipidemik/2104-statin>. Diakses 8 Oktober 2022.

Budiman dan Riyanto. (2013) Pengetahuan dan Sikap dalam penelitian kesehatan. Jakarta: Salemba Medika

Diakses 8 Oktober 2022.

Hariadini Ayuk Lawuningtyas, Bambang Sidharta, Tamara Gusti Ebtavanny, Eka Putri Minanga. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Ketepatan Penggunaan Obat Simvastatin pada Pasien Hiperkolesterolemia di Apotek Kota Malang. *Pharmaceutical Journal of Indonesia* 2020. 5(2): 91-96.

Hill Marcus F. and Bruno Bordoni. (2022). Hyperlipidemia. National Library of Medicine. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK559182/> Diakses 8 Oktober 2022.

Kellerman Rick D. and David P. Rakel. (2021). *Conn's Current Therapy*. Philadelphia: Elsevier. Page 111-112

Kesehatan dan Kedokteran Vol 5 No 1 (2022).

Mayoclinic. (1998). Statin side effects: Weigh the benefits and risks. Mayo Foundation for Medical Education and Research (MFMER).

Mihardja Laurentina. (1999). Pengaruh Beberapa Diet Terhadap Hiperlipidemia. *Media Litbangkes* Vol 9, No 02 Jun. 1999. <https://ejournal.litbang.kemkes.go.id/index.php/MPK/issue/view/167/showToc>.

P2PTM Kemenkes RI. (2018). Apa itu Kolesterol. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Trimurtini Indarti, Apen Afgani, Santi Rachmaniar. (2022). Pengaruh Ekstrak Etanol Daging Buah Plum

Terhadap Kadar Ldl Tikus Jantan Galur Wistar Hiperlipidemia. *Medika Kartika: Jurnal*