

## PENGETAHUAN DAN SIKAP LANSIA SETELAH EDUKASI TENTANG PROGRAM PROLANIS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MAROS BARU KABUPATEN MAROS

Nursyidatul Maulida, Hj. Sukmawati, Nadimin\*

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Makassar

\*) Korespondensi: [nadimin@poltekkes-mks.ac.id](mailto:nadimin@poltekkes-mks.ac.id)

### Article History

Submitted: 25-10-2023

Resived: 15-12-2023

Accepted: 18-12-2023

### ABSTRACT

*Diabetes mellitus and hypertension are health problems that are commonly found in the elderly. One of the causes is the lack of public knowledge. The purpose of the study was to determine the effect of education on changes in the level of knowledge of the elderly in the working area of the Maros Baru Health Center, Maros Regency. The research design is Quasi Experimental with one group Pre-Post test design. The research sample was the elderly who were selected by purposive sampling as many as 10 people with the criteria that the elderly had chronic hypertension or diabetes mellitus. Data collection using interviews, body weight measured using digital stepping scales and using questionnaires. Data analysis in this study used the Paired-Samples T Test. The results of the analysis showed that there was an effect of education on changes in the level of knowledge and attitudes of the elderly ( $p = 0.000$ ). In conclusion, nutrition education can increase the level of knowledge and attitude of the elderly.*

**Keywords:** *nutrition counseling, knowledge, attitude, old age*

### PENDAHULUAN

Indonesia sedang menghadapi masa pertumbuhan penduduk lanjut usia, karena jumlah penduduk lanjut usia kini sudah melebihi 7%. Berdasarkan data Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) tahun 2017, jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia mencapai 9,3%. Prediksi mengenai jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia menunjukkan bahwa angka tersebut diperkirakan akan meningkat menjadi 10% pada tahun 2020, 11,8% pada tahun 2025, 13,8% pada tahun 2030, dan 15,8% pada tahun 2035. Peningkatan jumlah penduduk lanjut usia ini sejalan dengan peningkatan harapan hidup di Indonesia. Harapan hidup yang tinggi di Indonesia disebabkan oleh peningkatan kualitas kesehatan di Indonesia. Saat ini

angka harapan hidup di Indonesia adalah 70,8 tahun dan diperkirakan akan mencapai 72,2 tahun pada tahun 2035. Terdapat lima provinsi di Indonesia yang memiliki jumlah penduduk lanjut usia yang signifikan, antara lain Yogyakarta (12,48%), Jawa Timur (9,36%), Jawa Tengah (9,26%), Bali (8,77%), dan Jawa Barat (7,09%) (Setijaningrum, 2019).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013, penyakit kronis merupakan salah satu faktor utama penyebab kematian di Indonesia. Dalam upaya untuk meningkatkan kesehatan masyarakat dan mencapai keberhasilan program jaminan sosial di bidang kesehatan, sesuai dengan ketentuan Peraturan Presiden Nomor 19 Tahun 2016 Pasal 21 Ayat 1, peserta BPJS Kesehatan

mendapatkan manfaat termasuk pelayanan kesehatan yang bersifat promosi dan pencegahan, seperti yang diimplementasikan dalam Prolanis. Program Pengelolaan Penyakit Kronis yang dikenal sebagai Prolanis merupakan suatu sistem yang menggabungkan pendekatan dalam pelayanan kesehatan serta komunikasi untuk sekelompok peserta dengan kondisi penyakit tertentu, dengan tujuan mendorong penanganan penyakit secara mandiri.

Pemerintah bekerja sama dengan BPJS Kesehatan berkolaborasi bersama fasilitas pelayanan kesehatan dalam merancang suatu program yang terintegrasi dengan model pengelolaan penyakit kronis untuk peserta yang menderita penyakit kronis. Program ini dikenal dengan nama "PROLANIS". Pendekatan proaktif digunakan dalam Prolanis ini, melibatkan partisipasi peserta, fasilitas kesehatan, dan BPJS Kesehatan, dengan tujuan utama untuk mencegah timbulnya komplikasi yang berkelanjutan, terutama penyakit hipertensi dan diabetes tipe 2. Kegiatan Prolanis ini mencakup berbagai upaya pencegahan komplikasi berlanjut serta peningkatan kesehatan masyarakat, seperti konsultasi medis, klub prolanis, kunjungan rumah, dan penyaringan kesehatan.

Seiring bertambahnya usia, hamper semua orang mengalami peningkatan tekanan darah. Tekanan darah sistolik terus meningkat hingga usia 80 tahun dan tekanan diastolik terus meningkat hingga usia 55 – 60 tahun, kemudian menurun secara perlahan atau bahkan menurun drastic. Secara umum, hipertensi adalah suatu kondisi tanpa gejala, dimana tekanan tinggi yang tidak normal pada arteri menyebabkan peningkatan risiko stroke, aneurisma, gagal jantung, serangan jantung dan kerusakan ginjal (Ilyas 2019).

Diabetes melitus tipe II merupakan jenis diabetes yang umum terjadi dan menyumbang 85-90% dari total jumlah penderita DM, terutama pada lansia. Diabetes melitus merupakan masalah kesehatan global, dimana angka kejadian,

komplikasi, dan kematian lebih tinggi pada kelompok lanjut usia dibandingkan pada kelompok muda. Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang memerlukan perawatan jangka panjang. Angka kejadian diabetes yang terus meningkat menuntut peran keluarga dalam membantu penderita diabetes, terutama pada lansia. Lansia dengan keterbatasan memerlukan perhatian dari keluarga dalam mengatasi penyakitnya. Mengingat diabetes merupakan penyakit kronis yang memerlukan perubahan gaya hidup secara signifikan dan kepatuhan terhadap pola makan, maka dukungan sosial menjadi faktor kunci bagi penderitanya untuk membangun rasa percaya diri dalam menjalani pengobatan (Arini, Anggorowati, and Pujiastuti 2022).

Semakin lanjut usia seseorang, maka semakin meningkat pula kemungkinan terkena penyakit. Lansia rentan terhadap berbagai penyakit karena penurunan daya tahan tubuh dan efisiensi mekanisme homeostatis. Salah satu penyakit yang paling umum menyerang lansia adalah hipertensi, mencapai angka 57,6%. Hipertensi juga dikenal sebagai penyebab utama kematian, mengakibatkan sekitar 7,5 juta kematian atau berkontribusi sebesar 12,8% dari total kematian di seluruh dunia (Fahlevi, Riyadi, and Mardiani 2019).

Peningkatan prevalensi lansia yang menderita hipertensi bisa disebabkan oleh kurangnya keterlibatan lansia dalam aktivitas fisik atau latihan. Jika tidak diatasi, hipertensi bisa menjadi masalah serius. Diperlukan berbagai tindakan untuk mengendalikan hipertensi. Salah satu cara yang bisa diambil adalah dengan menggunakan Prolanis (Program Pengelolaan Penyakit Kronis) yang tersedia di Puskesmas.

Hasil penelitian Priscilla Grace J Hutagalung (2020), dengan judul faktor-faktor yang mempengaruhi pemanfaatan program pengelolaan penyakit kronis (prolanis) pada lansia di puskesmas Darussalam Medan, menunjukkan bahwa program Pengelolaan Penyakit Kronis

(Prolanis) ini disebabkan oleh kurangnya dukungan responden terdekat atau keluarga. Hasil penelitian mengatakan bahwa ada pengaruh terhadap pengetahuan dan dukungan keluarga terhadap pemanfaatan Prolanis.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana pengaruh edukasi terhadap perubahan tingkat pengetahuan lansia terhadap program Prolanis dengan diberikan edukasi diet diabetes melitus dan diet hipertensi.

## METODE

### Desain, Tempat dan Waktu

Jenis penelitian yang digunakan adalah *Quasi Eksperimen* dengan menggunakan rancangan *one group Pre-Post test*. Jenis perlakuan diberikan berupa ceramah dan tanya jawab menggunakan media *leaflet*. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Maros Baru. Penelitian dilaksanakan pada bulan Desember 2022.

### Jumlah dan Cara Pengambilan Sampel

Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 10 responden lansia dengan usia diatas 60 tahun dan yang hadir di puskesmas. Sampel dipilih secara *purposive sampling* dengan kriteria lansia yang memiliki penyakit kronis hipertensi atau diabetes melitus (DM tipe II) dan bersedia menjadi sampel dalam penelitian.

### Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Pengumpulan data meliputi karakteristik responden, berat badan, pengetahuan dan sikap. Data karakteristik responden dikumpulkan dengan metode wawancara. Data Berat badan diukur sebanyak satu kali pada saat kunjungan pertama. Data pengetahuan dan sikap menggunakan kuesioner berupa pertanyaan mengenai penyakit kronis seperti Hipertensi atau Diabetes Melitus. Jika lansia tidak mengetahui membaca maka pengumpulan data dilakukan melalui wawancara.

### Pengolahan dan Analisis Data

Data yang telah terkumpul diinput

kedalam *Microsoft Excel* kemudian dikonversi pada program SPSS. Analisis data menggunakan analisis univariat pada variable karakteristik. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui pengaruh edukasi terhadap skor pengetahuan dan sikap lansia dengan menggunakan uji *Paired-Samples T Test*.

## HASIL

**Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden**

Karakteristik	n	%
Usia Responden		
60-65 Tahun	7	70
66-70 Tahun	3	30
Jenis Kelamin		
Perempuan	10	100
Pekerjaan Responden	10	100
Ibu Rumah Tangga		
Total	10	100

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar responden berusia 60-65 (70%). Berdasarkan jenis kelamin lansia perempuan (100%) dan berprofesi sebagai ibu rumah tangga (100%).

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa status gizi pada lansia dengan kategori tertinggi yaitu status gizi normal sebanyak 60%, sedangkan 3 responden dengan kategori obesitas (30%), dan underweight sebanyak 1 responden (10%).

**Tabel 2. Distribusi Status Gizi Responden**

Status Gizi	n	%
Underweight	1	10
Normal	6	60
Obesitas	3	30
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100</b>

Hasil uji *paired-Samples T Test* menunjukkan nilai  $p=0,000$  lebih kecil dari  $\alpha=0,05$ . Artinya, terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan edukasi terhadap penerapan diet diabetes melitus atau diet hipertensi. Jadi ada pengaruh edukasi terhadap perbedaan pengetahuan lansia di wilayah kerja Puskesmas Maros Baru Kabupaten Maros.

Hasil uji *paired-Samples T Test* menunjukkan nilai  $p= 0,000$ ) lebih kecil dari  $\alpha= 0,05$ . Artinya, terdapat perbedaan sikap sebelum dan setelah dilakukan edukasi terhadap penerapan diet diabetes

melitus atau diet hipertensi. Ada pengaruh edukasi terhadap sikap lansia di wilayah kerja Puskesmas Maros Baru Kabupaten Maros.

**Tabel 3. Rerata Skor Pengetahuan Lansia Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi**

Waktu Pengukuran	n	Mean $\pm$ SD	$\Delta$	<i>p-value</i> *
Sebelum (pretest)	10	53,00 $\pm$ 4,830	48,170	0,000
Sesudah (post-test)	10	69,00 $\pm$ 8,756	60,244	0,000

\*Uji dua sampel berpasangan;  $\Delta$ =perubahan skor pengetahuan antara sebelum dan sesudah edukasi

**Tabel 4. Rerata Skor Sikap Lansia Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi**

Waktu Pengukuran	n	Mean $\pm$ SD	$\Delta$	<i>p-value</i> *
Sebelum (pretest)	10	49,00 $\pm$ 7,379	41,621	0,000
Sesudah (post-test)	10	70,00 $\pm$ 8,165	61,835	0,000

\*Uji dua sampel berpasangan;  $\Delta$ =perubahan skor sikap antara sebelum dan sesudah edukasi

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* tingkat pengetahuan menunjukkan bahwa responden didominasi memiliki pengetahuan dengan kategori kurang. Didapatkan nilai terendah sebesar 50 point dan nilai tertinggi sebesar 60 point pada *pre test*. setelah dilakukan edukasi terjadi peningkatan pengetahuan responden yang cukup pesat yaitu mendapatkan nilai tertinggi 80 point sedangkan terendah dari hasil *post test* sebesar 60 point. Hasil uji *Paired Samples T Test* menunjukkan terdapat adanya hubungan perubahan pengetahuan responden sebelum dan setelah diberikan edukasi. Ada hubungan yang signifikan antara perubahan pengetahuan lansia terhadap diet diabetes melitus dan diet hipertensi ditandai dengan nilai  $p = 0,000 <$  dari  $\alpha= 0,05$ .

Hasil kami sejalan dengan penelitian Melina (2023) bahwa ada hubungan pengetahuan dengan sikap diet hipertensi pada lansia Meilina Oktaria, 2023. Demikian juga dengan penelitian Darmarani, 2020 melaporkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia yang menderita hipertensi di Desa Buntu Buda Kecamatan Mamasa. Faktor pengetahuan mempengaruhi kepatuhan terhadap diet.

Berdasarkan hasil dari *pre test* dan *post test* terhadap sikap menunjukkan bahwa responden didominasi memiliki

sikap dengan kategori kurang. Didapatkan nilai terendah 40 point dan tertinggi 60 point pada *pre test* sikap lansia. Setelah diberikan edukasi terjadi peningkatan sikap/perilaku responden mendapatkan nilai tertinggi 80 point sedangkan nilai terendah dari pemberian post test sikap sebanyak 60 point. Hasil uji analisis menunjukkan terdapat peningkatan sikap/perilaku responden sebelum dan setelah diberikan edukasi.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Anggraeni, 2019 melaporkan bahwa sikap merupakan salah satu faktor yang sangat berpengaruh terhadap nilai kesehatan individu serta dapat menentukan cara pengendalian yang tepat untuk penderita hipertensi. Hal yang sama juga diungkapkan oleh Asri Kusyania, 2023 bahwa hasil pengukuran sikap subyek mengalami peningkatan setelah pemberian edukasi tentang diet hipertensi. Hal ini dapat dilihat dari adanya perubahan sikap subyek yang mana sebelum diberikan edukasi, nilai sikap paling banyak kategori cukup dan sesudah diberi edukasi, sikap subyek menjadi mengalami perubahan, yaitu sebagian besar menjadi baik.

Status gizi adalah keadaan kesehatan seseorang atau suatu kelompok yang ditentukan oleh tingkat kebutuhan fisiknya terhadap energi dan zat gizi dari makanan serta dampak fisiknya yang diukur secara antropometri. Salah satu faktor yang

memicu timbulnya penyakit ini adalah status gizi yang tidak merata. Kelebihan gizi dimulai pada usia 45 tahun dan sering dikaitkan dengan gaya hidup dan kemakmuran. Dengan kondisi asupan vitamin dan nutrisinya melebihi kebutuhan tubuh (Langingi, 2021).

Penelitian Nurhidayati, (2021) melaporkan bahwa semakin tua usia lansia maka status gizinya semakin menurun dan salah satu penyebabnya karena nafsu makan yang tidak variative dan juga karena penurunan indra penciuman, perasa, serta sulit untuk menelan. Pada kondisi ini terjadi perubahan fisiologi pada sekresi saliva dan sulitnya mengunyah disebabkan mengalami gigi tanggal/ompong. Nurhayati, 2019 melaporkan bahwa obesitas merupakan faktor risiko terjadinya hipertensi baik pada pria maupun wanita. Sedangkan status gizi kurus memiliki gaya hidup yang lebih buruk dibandingkan dengan status gizi normal.

#### **KESIMPULAN**

Ada pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dan sikap lansia tentang gizi di wilayah kerja Puskesmas Maros Baru Kabupaten Maros.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Agung Riyadi, Wiyomo, R.Dwi Budiningsari. 2007. "Asupan Gizi Dan Status Gizi Sebagai Faktor Risiko Hipertensi Esensial Pada Lansia Di Puskesmas Curup Dan Perumnas Kabupaten Rejang Lebong Propinsi Bengkulu." *Kesehatan*.
- Anggraeni, Novita, And Johani Dewita Nasution. 2019. "Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Lansia Dengan Riwayat Hipertensi Dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Lansia Di Puskesmas Sibolangit Kabupaten Deli Serdang Tahun 2019." *Journal Of Chemical Information And Modeling* 53 (9): 2–9.
- Arini, Hana Nur, Anngorowati Anggorowati, And Rr. Sri Endang Pujiastuti. 2022. "Dukungan Keluarga Pada Lansia Dengan Diabetes Melitus

Tipe Ii: Literature Review." *Nurscope: Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan* 7 (2): 172.

<https://doi.org/10.30659/Nurscope.7.2.172-180>.

- Asri Kusyana, Diah Pitaloka Putri, Vendi Eko Kurniawan, Gilang Akbar Shobirin, Aditya Nuraminuddin Aziz. 2023. "Program Edukasi Diet Hipertensi Dalam Meningkatkan Sikap Penderita Hipertensi Mengontrol Tekanan Darah." *Journal Of Health Innovation And Community Service* 2 (1): 15–20.

- Astiti, Rosiana Dwi, Ani Margawati, Ayu Rahadiyanti, And A Fahmy Arif Tsani. 2019. "Perbedaan Status Gizi Dan Kualitas Asupan Makanan Pada Lansia Yang Mengikuti Dan Tidak Mengikuti Prolanis." *Journal Of Nutrition College* 8 (3): 178–86. <https://doi.org/10.14710/Jnc.V8i3.25808>.

- Darmarani, Audri, H Darwis, And Rusni Mato. 2020. "Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis Volume 15 nomor 4 tahun 2020. Eissn : 2302-2531366 hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Desa Buntu Buda Kecamatan Mamasa." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis* 15 (4): 366–70. <http://www.libnh.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/390/381>.

- Fahlevi, Adha Reza, Agung Riyadi, And Mardiani Mardiani. 2019. "Senam Prolanis Menurunkan Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi." *Jurnal Keperawatan Raflesia* 1 (2): 119–28. <https://doi.org/10.33088/Jkr.V1i2.401>.

- Harjo, Mujiran Sismi, Setiyawan Setiyawan, And Noerma Shovie Rizqie. 2019. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Sikap Dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi Pada Lansia

- Peserta Prolanis Upt Puskesmas Jenawi Karanganyar.” *Placentum: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya* 7 (2): 34. <https://doi.org/10.20961/placentum.v7i2.29734>.
- Ilyas, Sadeli. 2019. “Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi).” *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia* 7 (1): 87. <https://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/2016/10/Tekanan-Darah-Tinggi-Hipertensi.pdf>.
- Kartika, Juwita, And Endang Purwaningsih. 2020. “Hubungan Obesitas Pada Pra Lansia Dengan Kejadian Hipertensi Di Kecamatan Senen Jakarta Pusat Tahun 2017-2018.” *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan* 16 (1): 35. <https://doi.org/10.24853/jkk.16.1.35-40>.
- Kemendes RI. (2018). *Cek Tekanan Darah Anda Untuk Mendeteksi Dini Risiko Hipertensi, Stroke dan Penyakit Jantung*. P2PTM Kemendes RI. Jakarta.
- Kemendes RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdes)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- Langingi, Ake Royke Calvin. 2021. “Hubungan Status Gizi Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tombolango Kecamatan Lolak.” *Coping: Community Of Publishing In Nursing* 9 (1): 46. <https://doi.org/10.24843/coping.2021.v09.i01.p07>.
- Marliana, Y., Huryati, E. dan Soenarto, Y. (2016). *Indeks Massa Tubuh dan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Pelajar SMA*. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. 12(4) : 160-167.
- Meilina Oktaria, Hardono Hardono, Wisnu Probo Wijayanto, Ikhwan Amiruddin. 2023. “Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Diet Hipertensi Pada Lansia.” *Jurnal Ilmu Medis Indonesia* 2 (2): 69–75. <https://doi.org/10.35912/jimi.v2i2.1512>.
- Nurhidayati, Istianna, Fitri Suciana, And Niken Ayu Septiana. 2021. “Status Gizi Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Puskesmas Jogonalan I.” *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama* 10 (2): 180. <https://doi.org/10.31596/jcu.v10i2.764>.
- Riskesdes. (2018). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDES)*. *Journal of Physics A : Mathematical and Theoretical*, 44 (8), pp.1200.
- Sartika, Novia, Reni Zulfitri, And Riri Novayelinda. 2013. “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Lansia.” *Jurnal Ners Indonesia* 2 (1): 40–41.
- Setijaningrum, Erna. 2019. “Ladder Of Participation: Capacity Development For The Elderly Through Prolanis Erna.” *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., No. Mi: 5–24.
- Sitti Nuryati. (2009). *Gaya Hidup dan Status Gizi serta Hubungannya dengan Hipertensi dan Diabetes Melitus pada Pria dan Wanita Dewasa di DKI Jakarta*. Sekolah Pascasarjana Institut.