



SOSIALISASI TERAPI KOMPLEMENTER BUAH NAGA MERAH DALAM MENURUNKAN KADAR KOLESTEROL PADA ANGGOTA KELUARGA DENGAN RIWAYAT HIPERKOLESTEROL DIWILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS MUNJULJAYA KABUPATEN PURWAKARTA

Oleh

H. Nelson Doloksaribu¹, Teten Sutendi², Rachma L Varhianti³

^{1,2,3}Program Studi D III Keperawatan, Akademi Keperawatan RS Efarina Purwakarta, Jawa Barat

E-mail: ¹akperrsefarina@gmail.com

Article History:

Received: 17-05-2021

Revised: 25-05-2021

Accepted: 01-06-2021

Keywords:

Therapeutic,
Hypercholesterolemia, Red
Dragon Fruit

Abstract: Cholesterol is a fatty substance circulating in the body that is produced by the liver and is very important for the body. Excessive cholesterol in the blood will result in the first problems in the blood vessels and brain. Hypercholesterolemia is recorded in more than 160 million people in the world. This study used a descriptive method of research subjects with 1 family patient who had hypercholesterolemia due to blood cholesterol levels in the work area of UPTD Puskesmas Munjuljaya, how to collect data starting from interviews, observations and documentation. The theory taken about the effect of red dragon fruit on hypercholesterolemia according to the journal Maulidiyah, et al 2021. That eating red dragon fruit directly can lower total cholesterol levels. Research conducted by researchers with the application of red dragon fruit therapy for 21 days and consumed 1 time a day conducted on 1 respondent decreased with the results of cholesterol levels from 260 mg / dL to 174 mg / dL. From the results of the research conducted by researchers in line with the journal taken and there was a decrease by doing red dragon fruit therapy

PENDAHULUAN

Keluarga ialah sesuatu unit terkecil dari suatu warga terdiri dari bapak (kepala keluarga) dan sebagian orang yang bertempat tinggal serta berkumpul dalam suatu tempat yang dilindungi suatu atap yang sama-sama bergantung satu sama lain. (Samita, 2018; dalam Rizky Nikmatul Amallia, 2021:5)

Berdasarkan data World Health Organisation (WHO) pada tahun 2018; dalam Indrawati. dkk, 2021, tercatat hiperkolesterolemia lebih dari 160 juta penduduk dunia memiliki kadar kolesterol total >200 mg/dl yang termasuk kategori cukup tinggi dan lebih dari 34 juta penduduk dewasa Amerika memiliki kadar kolesterol total >240 mg/dl yang termasuk tinggi dan membutuhkan terapi. Negara - negara berkembang seperti Indonesia akan mengalami peningkatan sebesar 137 %, sedangkan di Negara-Negara maju hanya 48%. Berdasarkan data dari American Heart Association tahun 2018 memperlihatkan prevalensi



penderita kadar kolesterol ≥ 240 mg/dl sebesar 31.9 juta orang (13.8 %) dari jumlah populasi.

Kolesterol yang diproduksi terdiri atas 2 jenis yaitu kolesterol HDL (High Density Lipoprotein) dan kolesterol LDL (Low Density Lipoprotein). Bila kolesterol LDL jumlahnya berlebih, di dalam darah akan diendapkan pada dinding pembuluh darah dan membentuk bekuan yang dapat menyumbat pada dinding pembuluh darah, sedangkan kolesterol HDL berfungsi membersihkan pembuluh darah dari kolesterol LDL yang berlebihan (Sutanso, 2010; dalam Azizah, dkk, 2021).

Kadar kolesterol darah dipengaruhi oleh berbagai faktor di antaranya adalah konsumsi pangan dan aktivitas fisik, Davidson (2012) dalam Yastutik dkk, (2021) mengungkapkan bahwa kadar kolesterol dipengaruhi oleh asupan lemak, karbohidrat, dan protein. Menurut Mahan dkk, (2008) dalam Yastutik dkk, (2021) asupan serat, asupan kolesterol dari pangan dan aktivitas fisik juga dapat mempengaruhi kadar kolesterol darah (Nurmeilis dkk, 2017; dalam Yastutik dkk, 2021)

Pendekatan secara farmakologik lebih banyak digunakan dalam penatalaksanaan menurunkan kadar kolesterol, namun pendekatan non farmakologik merupakan pengobatan yang efektif untuk menurunkan kadar kolesterol, serta lebih murah (Suharko, 2020).

Dalam hal ini peran perawat sangat dibutuhkan dalam mengatasi masalah pada keluarga yang anggota keluarganya menderita hipertensi untuk membantu keluarga dalam menyelesaikan masalah kesehatan dengan meningkatkan aktivitas kemandirian keluarga serta kesanggupan keluarga dalam menjalankan peran keluarga. Adapun peran perawat dalam membantu keluarga yang anggota keluarganya menderita kolesterol yaitu sebagai fasilitator dalam memberikan edukasi, melakukan pengaturan makan (diet) yang baik, menyarankan olahraga yang baik dan dalam memberikan penerapan terapi komplementer terhadap keluarga untuk mencegah komplikasi lebih lanjut pada penderita kolesterol. Pengobatan untuk kolesterol adalah nonfarmakologis terapi, dan termasuk penurunan berat badan, asupan natrium terbatas, aktifitas fisik, dan penghentian merokok dan mengkonsumsi alkohol. Namun kepatuhan jangka panjang dengan pengobatan nonfarmakologis sulit bagi sebagian besar pasien. Oleh karena itu, obat anti hipertensi adalah pilihan yang lebih disukai untuk mengobati hipertensi.

Puskesmas UPTD Munjuljaya merupakan salah satu puskesmas yang berada di purwakarta dengan berbagai macam pengunjung dengan macam penderita penyakit. Dimana setiap harinya pasien datang dengan berbagai keluhan. Prevalensi penduduk yang saat ini mengidap hiperkolesterolemia di kabupaten Purwakarta yaitu mencapai 124 orang (Dinkes, 2021)

Berdasarkan uraian di atas bahwa peneliti tertarik untuk mempelajari kasus hipertensi pada anggota keluarga yang berada di Puskesmas UPTD Munjuljaya. Penulisan ini bertujuan untuk menjelaskan asuhan keperawatan pada anggota keluarga dengan kolesterol. Kejadian penderita yang mengalami keluhan kolesterol di Puskesmas UPTD Munjuljaya kerap sering sekali di temukan, di karenakan salah satu masih kurangnya sosialisasi terhadap masyarakat yang dilakukan oleh pihak puskesmas setempat. Dimana penderita yang datang berobat ke puskesmas UPTD Munjuljaya masih bnyak yang tidak mengetahui bagaimana tehnik-tehnik yang di lakukan dalam mengatasi kolesterol. seperti apa dan penyebabnya serta cara/tehnik untuk menurunkan kadar kolesterol. Bahkan di puskesmas UPTD Munjuljaya tersebut masih kurang dalam melakukan sosialisasi terhadap pasien-pasien yang datang dengan keluhan



hipertensi, mereka masih kurang dalam memberikan pengetahuan terhadap pasien.

Kegiatan pelatihan terapi komplementer buah naga merah ini sendiri sangat berguna dan bermanfaat bagi pasien-pasien dan keluarga, terutama bagi pasien yang telah berobat di puskesmas. Pada kegiatan pelatihan ini sendiri didalamnya adalah mempelajari bagaimana cara/teknik dalam menurunkan tekanan darah khususnya pada anggota keluarga yang menderita.

Puskesmas UPTD Munjuljaya Purwakarta merupakan puskesmas dengan cukup banyak pasien yang berobat di sana, sangat banyak pasien yang datang dengan keluhan hipertensi khususnya lansia, dimana untuk pasien-pasien yang berobat di puskesmas UPTD Munjuljaya masih belum tahu dan paham dengan menurunkan tekanan darah, serta tidak mengetahui bagaimana cara dalam menurunkan tekanan darah. Bahkan perawat yang telah bekerja di puskesmas itu sendiri masih kurang dalam memberikan sosialisasi tentang menurunkan tekanan darah khususnya pada keluarga. Pihak puskesmas sendiri yang telah banyak menerima pasien dengan penyakit berbagai penyakit khususnya pasien-pasien dengan keluhan hipertensi tidak menginginkan adanya kejadian yang dapat menimbulkan kematian pada pasiennya karena diakibatkan kurang pengetahuan dan pemahaman pasien tentang penyakitnya dan kesadaran tenaga medis dalam melakukan sosialisasi tentang kolesterol. Dengan diadakannya penambahan ilmu Pelatihan menurunkan tekanan darah dengan non farmakologi diharapkan masyarakat/pasien yang berobat di puskesmas uptd munjuljaya dapat lebih paham dan mengerti pada saat mendapati penyakit seperti itu.

Sejalan dengan itu, permasalahan mitra adalah :

1. Kurangnya pengetahuan masyarakat/pasien yang berkunjung ke puskesmas tentang kolesterol khususnya terjadi pada keluarga
2. Kurangnya pengetahuan masyarakat/pasien yang berkunjung ke puskesmas uptd munjuljaya purwakarta tentang terapi komplementer buah naga merah

Dengan adanya permasalahan Mitra, maka pengabdian kepada masyarakat yang akan dilakukan yaitu dengan cara memberikan pengetahuan kepada masyarakat/pasien yang berobat ke puskesmas uptd munjuljaya khususnya poli rawat jalan puskesmas uptd plered memberikan pengetahuan tentang bagaimana menurunkan kadar kolesterol dan lebih mengenal hipertensi yang sering terjadi kepada anggota keluarga dan seperti apa pengobatannya.

METODE

1. Judul Dan Tema Kegiatan

- a. Judul : Penerapan Terapi Komplementer Buah Naga Merah Dalam Menurunkan Kadar Kolesterol Pada Anggota Keluarga di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Munjuljaya Purwakarta
- b. Tema Kegiatan : Pelatihan tentang terapi komplementer buah naga merah dengan pendekatan non farmakologi yang didalamnya memberikan tentang pengetahuan masyarakat/pasien terhadap menurunkan kadar kolesterol

2. Tempat Dan Waktu Kegiatan PKM

- a. Tempat : pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan melalui offline
- b. Waktu : pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dari mulai bulan april 2021 sampai bulan Juni 2021



3. Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat

Peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah pasien yang berobat ke puskesmas munjuljaya purwakarta dengan jumlah 18 Orang

4. Deskripsi Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan di puskesmas plered purwakarta dengan jumlah pasien 18 orang. pelatihan dilakukan dengan menggunakan Link zoom yang telah dibuat oleh tim pengabdian kepada masyarakat, selama persiapan, tim pengabdian kepada masyarakat membuat group Wacth Up untuk memudahkan komunikasi selama kegiatan pengabdian masyarakat, Sebelum dilakukan pelatihan, peserta diberikan soal pre test sebanyak 8 pertanyaan dengan menggunakan Google Form, setelah itu diberikan pelatihan selama 3 hari. Setelah diberikan pelatihan peserta dilakukan post test dengan menggunakan Google Form. Hasil Pre dan Post test di lakukan rekapitulasi oleh tim pengabdian kepada masyarakat dan di umumkan ke peserta, Terdapat tiga kategori yaitu kategori nilai terbaik pre test terbaik, kategori nilai post test terbaik, kategori pasien terbaik/teraktif.

5. Jadwal Pengabdian Kepada Masyarakat

Tabel 1 Jadwal Pengabdian Kepada Masyarakat

No	Nama Kegiatan	Bulan											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.	Persiapan												
	Pertemuan : Kepala ruangan dan perawat di ruangan				x								
	Persiapan Bahan : Pembuatan Link Zoom, Soal Pre dan Post test, Link Absen, Materi, group WA pengabdian kepada masyarakat (Ketua, Anggota dan peserta)					x							
	Perizinan dan penyesuaian jadwal					x							
2.	Pelaksanaan					x							
	Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat					x							
	Pengolahan data					x							
	Penyusunan draf laporan						x						
3.	Penulisan Laporan						x						
	Laporan akhir						x						
	Penyusunan Artikel						x						
	Pengiriman Laporan						x						
	Publikasi						x						

HASIL

1. Hasil

Hasil Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang upaya peningkatan



pengetahuan tentang manajemen nyeri pada lansia dengan nonfarmakologi melalui daring yang dilaksanakan dalam bentuk ceramah dan diskusi terprogram melalui zoom meet. Rincian kegiatan dapat diperlihatkan dalam table 5.1 dibawah ini

Tabel 2 Rincian Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat

Pertemuan ke	Kegiatan
1	- Pre Tes - Ceramah dan Diskusi tentang pengetahuan pasien
2	- Ceramah dan Diskusi tehnik menurunkan kadar kolesterol - Ceramah dan Diskusi pengetahuan pasien terhadap menurunkan kolesterol non farmakologi pada keluarga
4	- Post test - Pembagian Hadian

Untuk dapat memahami tentang pengetahuan masyarakat/pasien yang dberobat jalan di puskesmas munjuljaya purwakarta tentang kolesterol pada keluarga dgn therapi non farmakologi dalam hal ini bertindak sebagai peserta pengabdian masyarakat. Pada kegiatan ini ada 3 Orang yang bertugas dalam kegiatan ini yang terdiri dari : Nelson Doloksaribu,S.Pd,M.kes selaku pemberi materi, Ns. Teten Sutendi M.Kep dan Rachma L Varhianti sebagai instruktur dan pembimbing dalam kegiatan diskusi. Kegiatan ceramah dan diskusi berjalan lancar dengan suasana kondusif. Pasien dengan aktifnya berdiskusi di setiap kegiatan pemberian materi dan kadang – kadang ada 5 pasien yang keluar masuk zoom dikarenakan jaringan yang tidak stabil. Para seserta yang terdiri dari pasien-pasien yang berobat ke puskesmas munjuljaya purwakarta Rata-rata pasien yang menjadi peserta belum mendapatkan materi sebelumnya baik dari Pembinanya maupun dari tempat lain.

Sebelum diberikan materi, peserta diberikan soal pre test dengan jumlah 8 soal dan dilanjutkan dengan wawancara yang dilakukan terhadap pasien awal pelatihan yang dilakukan, secara umum mengidentifikasikan bahwa pengetahuan awal mengenai manajemen nyeri pada lansia dengan therapy non farmakologi. Ada beberapa orang pasien yang menganggap bahwa nyeri ini adalah rasa yang timbul karena penyakit yang hanya bisa di obati di rumah sakit atau puskesmas setempat dan ada beberapa pasien yang mengatakan bahwa mereka tidak boleh melakukan pencegahan sendiri dan harus datang berobat di rumah sakit atau puskesma.

Tabel 3. Hasil Pre Test Dan Post Test Peningkatan Pengetahuan Lansia Di Puskesmas Munjuljaya Purwakarta

No	Nama pasien	Asal Ruangan	Nilai Pre tes	Nilai Post tes
1	Intan Fandini	Puskesmas Munjuljaya Purwakarta	9	10
2	Indriarti Wahyuni	Puskesmas Munjuljaya Purwakarta	5	7
3	Kholifatul Aulia	Puskesmas Munjuljaya Purwakarta	7	8
4	Latifah Ainun Azhari	Puskesmas Munjuljaya Purwakarta	4	5
5	Mukhtarotul Najiha	Puskesmas Munjuljaya	8	10



		Purwakarta		
6	Marlina dewi	Puskesmas Munjuljaya Purwakarta	7	9
7	Nurvi Dela Puspita	Puskesmas Munjuljaya Purwakarta	5	7
8	Nur Annisa Dwi Septiani	Puskesmas Munjuljaya Purwakarta	7	10
9	Regina	Puskesmas Munjuljaya Purwakarta	7	9
10	Saripah Nur Padilah	Puskesmas Munjuljaya Purwakarta	5	7
11	Silvia Juliantari	Puskesmas Munjuljaya Purwakarta	3	7
12	Indah	Puskesmas Munjuljaya Purwakarta	8	10
13	Intan	Puskesmas Munjuljaya Purwakarta	7	8
14	Siti	Puskesmas Munjuljaya Purwakarta	9	10
15	ALIB	Puskesmas Munjuljaya Purwakarta	6	8
16	Anwar	Puskesmas Munjuljaya Purwakarta	5	7
17	Zaki	Puskesmas Munjuljaya Purwakarta	8	10
18	Aib	Puskesmas Munjuljaya Purwakarta	8	10
Nilai rata-rata			6,8	8,5

Capaian yang dihasilkan yaitu :

- Dari 18 Peserta hasil Pre tes rata-rata 6,8
- Setelah diberikan pelatihan terjadi peningkatan pengetahuan pasien yang datang berobat ke puskesmas dari hasil post tes menjadi 8,5
- Pasien-pasien menjadi meningkat pengetahuannya setelah dilakukan pelatihan dengan caraceramah dan diskusi

2. Pembahasan

Berdasarkan hasil pelaksanaan yang dilakukan pada Pasien yang berobat di Puskesmas Munjuljaya Purwakarta dengan jumlah peserta 18 orang, sebelum dilakukan peltihan, peserta diberikan pre tes dengan jumlah soal 8 , soal tersebut mengenai pengetahuan pasien/masyarakat tentang nyeri itu seperti apa, tehnik manajemen nyeri. Dari 18 peserta yang mengikuti pre tes mendapatkan nilai rata – rata 6,8, hal ini membuktikan bahwa tingkat pengetahuan pasien masih cukup nilai rata-rata yang didapat baru 68%, setelah diberikan pelatihan selama 3 hari, pasien diberikan Pos tes, soal yang diberikan sama dengan soal pre tes sebanyak 8 soal, hasil yang didapat nilai rata-rata setelah diberikan pelatihan sebesar 8,5, hal ini menunjukan adanya peningkatan pengetahuan pada pasien sebesar 20%. Hasil yang didapat sangat signifikan terjadi. peningkatan pengetahuan pada



pasien Pelatihan yang diberikan dengan cara ceramah dan diskusi.

KESIMPULAN

Beberapa hal yang dapat disimpulkan dari hasil pengabdian kepada masyarakat, sebagai berikut :

- a. Pemahaman Pasien dapat meningkat melalui pemberian pengetahuan tentang hipertensi seperti apa
- b. Pemahaman pasien dapat meningkat melalui pemberian pengetahuan tentang menurunkan tekanan darah pada keluarga
- c. Pemahaman pasien dapat meningkat melalui pemberian pengetahuan tentang bagaimana pencegahan nyeri pada keluarga dengan therapi non farmakologi.

SARAN

Hal yang dapat disarankan dari hasil kegiatan ini sebagai berikut :

- a. Pemberian pengetahuan tentang kasus kasus penyakit dyang menyebabkan kolsterol dan penanganannya kepada pasien datang berobat ke puskesmas munjuljaya purwakarta
- b. Perlu diadakannya Sosialisasi kepada pasien-pasien yang telah berobat ke puskesmas munjuljaya purwakarta untuk mengevaluasi pengetahuan mereka dan untuk menambah pengetahuan mereka.
- c. Masyarakat/ pasien yang telah mengetahui fungsi manajemen nyeri diharapkan dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari, sehingga tingkat pengontrolan pada pasien yang mengalami nyeri semakin baik.
- d. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan bagi pasien dan keluarga agar mengguakan menurunkan kadar kolesterol non farmakologi untuk mengontrol terjadinya kolesterol.

DAFTAR REFERENSI

- [1] A. Nies, M., & McEwen, M. (2019). Keperawatan Kesehatan Komunitas Dan Keluarga (6th ed.). Singapore: Elsevier Singapore Pte Ltd.
- [2] Ana Jihad Ismaia. (2021). Laporan Pendahuluan Dengan Masalah Kolesterol.
- [3] Indrawati. dkk. (2021). Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Merah Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Pada Penderita Hiperkolesterolemia Usia 35- 50 Tahun Di Puskesmas Kampar. Brunner & Suddarth, 2017. Buku ajar Keperawatan Keluarga Edisi 8. Volume 2, Jakarta : EGC
- [4] Maulidiyah Salim, Dkk. (2021). Pengaruh Buah Naga Merah (Hylocereus Polyrhizus) Terhadap Kadar Kolesterol Total Dan Trigliserida.
- [5] Nur Afifah Yanni. (2021). Asuhan Keperawatan Pada Tn. M Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler : Hiperkolesterolemia Dengan Pemberian Terapi Rebusan Air Jahe (Zingiber Officinale) Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol.
- [6] Yunia Puspita. (2021). Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Merah (Hylocereus Polyrhizus) Dengan Edukasi Terhadap Kadar Kolesterol Pada Wanita Aparatur Sipil Negara Pre-Hiperkolesterolemia Kota Bengkulu



HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN