

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

5.1 Hasil Penelitian

5.1.1 Analisis Univariat

1. Gambaran Tingkat Pengetahuan Diet Sebelum dan Sesudah Edukasi pada Penderita Hiperkolesterolemia Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kadugede, Tahun 2025

Tabel 5.1 Gambaran Tingkat Pengetahuan Diet Sebelum dan Sesudah Edukasi pada Penderita Hiperkolesterolemia Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kadugede, Tahun 2025

Waktu	Rerata	Simpang Deviasi	Min	Max	Range	n
Sebelum	3,63	2,52	0	10	10	38
Sesudah	9,63	0,79	7	10	3	38

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2025

Berdasarkan Tabel 5.1, diketahui bahwa rerata tingkat pengetahuan diet pada penderita hiperkolesterolemia sebelum diberikan edukasi adalah sebesar 3,63 dengan simpangan deviasi 2,52, nilai minimum 0 dan maksimum 10. Setelah dilakukan edukasi, rerata meningkat secara signifikan menjadi 9,63 dengan simpangan deviasi yang jauh lebih kecil yaitu 0,79, nilai minimum 7 dan maksimum 10. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang cukup besar dan merata diantara responden setelah intervensi edukasi dilakukan.

Peningkatan skor rata-rata sebesar hampir 6 poin menunjukkan bahwa edukasi melalui media jurnal book terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman responden mengenai diet yang sesuai untuk kondisi hiperkolesterolemia. Penurunan simpangan deviasi setelah edukasi

juga mengindikasikan bahwa variasi pengetahuan antar individu menjadilebih kecil, yang berarti hampir semua responden memiliki pemahaman yang baik setelah intervensi (Fitriyani et al., 2022). Edukasi kesehatan yang tepat sasaran memang telah dibuktikan dalam berbagai studimampu meningkatkan pengetahuan, terutama jika disampaikan dengan media yang interaktif dan mudah dipahami (Nuraini & Lestari, 2021).

2. Gambaran Tingkat Kepatuhan Diet Sebelum dan Sesudah Edukasi pada Penderita Hiperkolesterolemia Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kadugede, Tahun 2025

Tabel 5.2 Gambaran Tingkat Kepatuhan Diet Sebelum dan Sesudah Edukasi pada Penderita Hiperkolesterolemia Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kadugede, Tahun 2025

Waktu	Rerata	Simpang Deviasi	Min	Max	Range	n
Sebelum	3,34	0,94	2	5	3	38
Sesudah	6,37	0,63	5	7	2	38

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2025

Hasil pada Tabel 5.2 memperlihatkan bahwa sebelum diberikan edukasi, rerata tingkat kepatuhan diet penderita hiperkolesterolemia berada pada angka 3,34 dengan simpangan deviasi 0,94. Setelah dilakukan edukasi, rerata meningkat menjadi 6,37 dengan simpangan deviasi lebih kecil yaitu 0,63. Peningkatan sebesar lebih dari 3 poin menunjukkan adanya perubahan perilaku signifikan dalam hal kepatuhan terhadap diet yang dianjurkan.

Perbedaan rerata ini memperkuat dugaan bahwa edukasi kesehatan mampu meningkatkan tidak hanya pengetahuan tetapi juga perilaku kepatuhan terhadap diet sehat. Hasil ini sejalan dengan temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa pemberian edukasi kesehatan secara sistematis

dan berkelanjutan dapat meningkatkan kepatuhan pasien dalam menjalankan diet rendah lemak dan kolesterol (Wulandari & Prasetyo, 2023). Selain itu, pendekatan edukasi yang melibatkan media visual dan komunikasi interpersonal terbukti mampu mempengaruhi sikap dan perilaku pasien secara lebih mendalam (Sari et al., 2020).

3. Gambaran Kadar Kolesterol Sebelum dan Sesudah Edukasi pada Penderita Hiperkolesterolemia Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kadugede, Tahun 2025

Tabel 5.3 Gambaran Kadar Kolesterol Sebelum dan Sesudah Edukasi pada Penderita Hiperkolesterolemia Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kadugede, Tahun 2025

Waktu	Rerata	Simpang Deviasi	Min	Max	Range	n
Sebelum	234,74	22,68	204	295	91	38
Sesudah	226,68	19,38	203	288	85	38

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2025

Berdasarkan Tabel 5.3, terlihat bahwa rerata kadar kolesterol sebelum dilakukan edukasi sebesar 234,74 mg/dL dengan simpangan deviasi 22,68, dan kisaran nilai antara 204 hingga 295 mg/dL. Setelah edukasi diberikan, rerata kadar kolesterol menurun menjadi 226,68 mg/dL dengan simpangan deviasi 19,38 dan kisaran antara 203 hingga 288 mg/dL. Penurunan rerata sekitar 8 mg/dL mengindikasikan adanya pengaruh positif dari intervensi edukasi terhadap kondisi klinis responden.

Penurunan kadar kolesterol tidak sebesar peningkatan pengetahuan dan kepatuhan, hasil ini tetap penting karena menunjukkan arah perubahan

yang positif. Studi oleh Putri & Maulana (2021) juga menyatakan bahwa perubahan gaya hidup melalui edukasi dan konseling gizi dapat menurunkan kadar kolesterol total, terutama bila disertai dengan dukungan keluarga dan tindak lanjut berkala. Edukasi yang menekankan pemilihan makanan rendah kolesterol dan lemak jenuh dalam jangka waktu tertentu terbukti efektif dalam menurunkan kadar kolesterol darah (Handayani et al., 2022).

5.1.2 Analisis Bivariat

1. Pengaruh Edukasi Kesehatan Melalui Media Jurnal Book Terhadap Tingkat Pengetahuan Penderita Hiperkolesterolemia di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kadugede Tahun 2025.

Tabel 5.4 Pengaruh Edukasi Kesehatan Melalui Media Jurnal Book Terhadap Tingkat Pengetahuan Penderita Hiperkolesterolemia di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kadugede Tahun 2025.

Pegetahuan	Mean	Mean Difference	Min–Max	P value	N
Pre Test – Post Test	3,63 – 9,63	6,00	2,80–4,46 9,37–9,88	0,000	38

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2025

Berdasarkan Tabel 5.4 diatas, diketahui bahwa terjadipeningkatan skor rata-rata pengetahuan penderita hiperkolesterolemia dari 3,63 pada saat pre-test menjadi 9,63 pada post-test setelah diberikan edukasi kesehatan melalui media jurnal book, dengan selisih rata-rata sebesar 6,00 poin. Hasil uji *paired t-test* menunjukkan nilai signifikansi (p) sebesar 0,000, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara sebelum dan sesudah intervensi edukasi. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian informasi

melalui media jurnal book efektif dalam meningkatkan pengetahuan pasien mengenai diet kolesterol.

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari et al. (2022) yang menyatakan bahwa media edukasi berbasis cetak seperti leaflet dan buku panduan dapat meningkatkan pemahaman pasien mengenai pencegahan dan pengelolaan penyakit kronis. Selain itu, peningkatan pengetahuan ini sangat penting sebagai tahap awal dalam perubahan perilaku, termasuk dalam kepatuhan terhadap diet (Andriani & Permatasari, 2021).

2. Pengaruh Edukasi Kesehatan Melalui Media Jurnal Book Terhadap Tingkat Kepatuhan Diet Penderita Hiperkolesterolemia diWilayah Kerja UPTD Puskesmas Kadugede Tahun 2025.

Tabel 5.5 Pengaruh Edukasi Kesehatan Melalui Media Jurnal Book Terhadap Tingkat Kepatuhan Diet Penderita Hiperkolesterolemia diWilayah Kerja UPTD Puskesmas Kadugede Tahun 2025

Kepatuhan	Mean	Mean Difference	Min–Max	P value	N
Pre Test – Post Test	3,34 – 6,37	3,03	3,03–3,65 6,16–6,58	0,000	38

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2025

Berdasarkan Tabel 5.5 diatas, rerata skor kepatuhan diet meningkat dari 3,34 menjadi 6,37 setelah diberikan edukasi, dengan selisih rata-rata sebesar 3,03. Nilai p yang dihasilkan dari uji *paired t-test* adalah 0,000, yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara kepatuhan diet sebelum dan sesudah intervensi edukasi. Hal ini mengindikasikan bahwa media jurnal book mampu mendorong pasien untuk lebih patuh terhadap anjuran diet yang telah ditetapkan.

Penelitian serupa dilakukan oleh Nugroho et al. (2023) yang menunjukkan bahwa penyampaian informasi kesehatan melalui media visual dan cetak yang menarik dapat meningkatkan kepatuhan pasien terhadap pengobatan maupun diet. Edukasi yang interaktif dan mudah dipahami membuat pasien merasa lebih memiliki kontrol terhadap kondisi kesehatannya (Yuliana & Hartati, 2021).

3. Pengaruh Edukasi Kesehatan Melalui Media Jurnal Book Terhadap Kadar Kolesterol Penderita Hiperkolesterolemia di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kadugede Tahun 2025.

Tabel 5.6 Pengaruh Edukasi Kesehatan Melalui Media Jurnal Book Terhadap Kadar Kolesterol Penderita Hiperkolesterolemia di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kadugede Tahun 2025.

Kadar Kolesterol	N	Sig. (2-tailed)
Negative Ranks (Posttest < Pretest)	36	0.000
Positive Ranks (Posttest > Pretest)	0	
Ties (Posttest = Pretest)	2	
Total	38	

Sumber, Hasil Penelitian 2025

Berdasarkan Tabel 5.6 diatas, hasil uji Wilcoxon signed-rank menunjukkan bahwa sebanyak 36 responden mengalami penurunan kadar kolesterol (negative ranks), tidak ada responden yang mengalami peningkatan (positive ranks), dan 2 responden tetap (ties). Nilai signifikansi (p) sebesar 0,000 menandakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari edukasi melalui media jurnal book terhadap penurunan kadar kolesterol penderita hiperkolesterolemia. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi tidak hanya meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan, tetapi juga memberikan dampak nyata terhadap kondisi klinis pasien.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Prasetya & Wulandari (2020), yang menyatakan bahwa edukasi gizi yang berkelanjutan dapat membantu menurunkan kadar kolesterol total pada pasien. Edukasi kesehatan yang baik dapat membentuk perilaku sehat yang berkontribusi langsung terhadap perbaikan status biokimia tubuh (Putri & Dewi, 2023).

5.2 Pembahasan

5.2.1 Gambaran Tingkat Pengetahuan Diet Sebelum dan Sesudah Edukasi pada Penderita Hiperkolesterolemia Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kadugede, Tahun 2025.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi kesehatan, rerata tingkat pengetahuan diet pada penderita hiperkolesterolemia adalah 3,63 dengan simpangan deviasi 2,52. Setelah diberikan edukasi melalui media jurnal book, rerata meningkat tajam menjadi 9,63 dengan simpangan deviasi 0,79. Peningkatan ini mencerminkan efektivitas dari intervensi edukasi dalam meningkatkan pemahaman responden terhadap diet yang sesuai bagi penderita hiperkolesterolemia.

Menurut teori pembelajaran kognitif, pengetahuan dapat meningkat ketika individu diberikan stimulus baru melalui pengalaman atau informasi yang bermakna. Media edukatif seperti jurnal book yang disusun secara sistematis, visual, dan berbasis bukti, memberikan stimulus belajar yang kuat dan efektif (Sagala, 2020). Sejalan dengan itu, Arsyad (2020) menegaskan bahwa media pembelajaran berperan penting dalam memperjelas informasi, menumbuhkan motivasi, dan meningkatkan keterlibatan peserta didik.

Penelitian ini selaras dengan temuan Fitriyani et al. (2022), yang menunjukkan bahwa edukasi berbasis media visual dan tertulis mampu meningkatkan pengetahuan pasien mengenai diet sehat secara signifikan. Demikian juga penelitian oleh Wulandari dan Prasetyo (2023) menemukan bahwa metode edukasi personal maupun kelompok efektif dalam membentuk pemahaman diet sehat pada pasien dengan dislipidemia.

Asumsi peneliti, peningkatan pengetahuan ini dipengaruhi oleh metode penyampaian informasi yang menarik dan relevan dengan kondisi responden, serta kemungkinan keterlibatan aktif peserta dalam proses edukasi.

5.2.2 Gambaran Tingkat Kepatuhan Diet Sebelum dan Sesudah Edukasi pada Penderita Hiperkolesterolemia Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kadugede, Tahun 2025.

Rerata tingkat kepatuhan diet sebelum edukasi adalah 3,34 dengan simpangan deviasi 0,94. Setelah diberikan edukasi, rerata meningkat menjadi 6,37 dengan simpangan deviasi 0,63. Hal ini mengindikasikan adanya peningkatan perilaku kepatuhan yang signifikan dalam menjalankan diet sesuai anjuran.

Menurut teori *Health Belief Model* (HBM), seseorang akan melakukan tindakan kesehatan jika ia memiliki pengetahuan yang cukup serta meyakini bahwa tindakan tersebut bermanfaat dan dapat mengurangi risiko (Glanz et al., 2020). Dalam hal ini, peningkatan kepatuhan dapat terjadi karena responden tidak hanya memahami manfaat diet, tetapi juga meyakini pentingnya menjalankan pola makan sehat.

Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Sari et al. (2020) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan dapat mempengaruhi sikap dan perilaku pasien, termasuk dalam aspek kepatuhan diet. Penelitian oleh Handayani et al. (2022) juga membuktikan bahwa penyuluhan gizi efektif dalam meningkatkan perilaku kepatuhan pasien lansia terhadap diet rendah kolesterol.

Asumsi peneliti, peningkatan kepatuhan terjadikarena edukasi memberikan pemahaman rasional dan emosional terkait dampak buruk diet tidak sehat, serta mendorong internalisasi nilai pentingnya menjaga kesehatan.

5.2.3 Pengaruh Edukasi Kesehatan Melalui Media Jurnal Book Terhadap Tingkat Pengetahuan Penderita Hiperkolesterolemia diWilayah Kerja UPTD Puskesmas Kadugede Tahun 2025.

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi kesehatan melalui media jurnal book. Peningkatan rerata sebesar hampir 6 poin membuktikan bahwa media ini efektif dalam menyampaikan informasi yang dapat diterima dan dipahami dengan baik oleh responden.

Hal ini sejalan dengan konsep **Health Belief Model (HBM)** yang menjelaskan bahwa peningkatan pengetahuan dapat mendorong perubahan perilaku jika individu memiliki persepsi kerentanan terhadap penyakit, memahami tingkat keparahan, menyadari manfaat pencegahan, serta mampu mengatasi hambatan dalam bertindak. Media jurnal book sebagai sarana edukasi memungkinkan responden membaca ulang informasi, memperkuat pemahaman, dan meningkatkan kesadaran tentang risiko hiperkolesterolemia serta pentingnya upaya pencegahan.

Temuan ini sejalan dengan penelitian di Indonesia yang membuktikan bahwa pendidikan kesehatan berbasis HBM efektif meningkatkan pengetahuan dan motivasi pasien dalam pencegahan penyakit kronis seperti hipertensi (Astuti et al., 2022).

Penelitian serupa dilakukan oleh Rahmawati dan Dewi (2023), yang menunjukkan bahwa media edukasi berbasis buku atau leaflet efektif dalam meningkatkan pemahaman pasien penyakit kronis. Studi lainnya oleh Nuraini dan Lestari (2021) menekankan pentingnya media edukasi yang disesuaikan dengan konteks budaya lokal dalam meningkatkan literasi kesehatan.

Asumsi peneliti, keberhasilan edukasi ini dipengaruhi oleh kualitas materi yang disesuaikan dengan tingkat pendidikan responden, bahasa yang sederhana, dan visualisasi dalam jurnal book yang menarik dan mudah dipahami.

5.2.4 Pengaruh Edukasi Kesehatan Melalui Media Jurnal Book Terhadap Tingkat Kepatuhan Diet Penderita Hiperkolesterolemia di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kadugede Tahun 2025.

Edukasi kesehatan terbukti berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan kepatuhan diet. Rerata skor kepatuhan meningkat dari 3,34 menjadi 6,37, menunjukkan adanya perubahan perilaku yang positif setelah intervensi.

Health Belief Model (HBM) menjelaskan bahwa perilaku kesehatan seseorang dipengaruhi oleh persepsi kerentanan terhadap suatu penyakit, persepsi tingkat keparahan, persepsi manfaat dari tindakan pencegahan, serta persepsi hambatan yang mungkin dihadapi. Dalam konteks kesehatan, edukasi berperan

penting untuk meningkatkan kesadaran individu mengenai risiko penyakit, memperkuat pemahaman tentang manfaat pola hidup sehat, serta meminimalkan hambatan dalam penerapannya. Dengan demikian, pemberian edukasi yang tepat dapat mendorong peningkatan pengetahuan dan sikap positif terhadap diet sehat sehingga individu lebih termotivasi untuk melakukan perubahan perilaku (Astuti et al., 2022).

Studi oleh Putri dan Maulana (2021) mendukung temuan ini, yang menyatakan bahwa peningkatan kepatuhan diet berkorelasi erat dengan frekuensi dan kualitas edukasi yang diberikan. Selain itu, pendekatan edukasi personal yang disesuaikan dengan kebutuhan individu menunjukkan efektivitas lebih tinggi dalam membentuk perilaku positif.

Asumsi peneliti, tingkat kepatuhan yang meningkat disebabkan oleh adanya perubahan persepsi terhadap diet sehat yang sebelumnya dianggap merepotkan menjadisuatu kebutuhan penting demi kesehatan jangka panjang.

5.2.5 Pengaruh Edukasi Kesehatan Melalui Media Jurnal Book Terhadap Kadar Kolesterol Penderita Hiperkolesterolemia diWilayah Kerja UPTD Puskesmas Kadugede Tahun 2025.

Meskipun penurunan rerata kadar kolesterol dari 234,74 mg/dL menjadi 226,68 mg/dL tidak sebesar perubahan pada pengetahuan dan kepatuhan, hal ini tetap menunjukkan arah yang positif. Edukasi yang dilakukan mampu memengaruhi perilaku makan dan pilihan makanan sehari-hari, yang secara bertahap berdampak pada parameter biologis seperti kadar kolesterol.

Menurut Health Belief Model (HBM), edukasi kesehatan yang efektif akan meningkatkan persepsi kerentanan, keseriusan penyakit, manfaat tindakan, dan efikasi diri individu terhadap diet sehat, sehingga pengetahuan meningkat dan mendorong kepatuhan diet rendah kolesterol; kepatuhan yang konsisten ini kemudian berkontribusi terhadap penurunan kadar kolesterol sebagai bukti bahwa edukasi berhasil mempengaruhi perubahan gaya hidup (Mumpuni, 2022).

Hasil ini konsisten dengan penelitian Handayani et al. (2022) dan Wulandari dan Prasetyo (2023), yang menemukan bahwa edukasi gizi dan diet secara berkala mampu menurunkan kadar kolesterol pada pasien dengan dislipidemia. Perubahan signifikan umumnya terjadi jika intervensi dilakukan lebih dari 4 minggu secara berkelanjutan.

Asumsi peneliti, penurunan kadar kolesterol yang ditemukan dalam penelitian ini dapat dipandang sebagai indikator awal adanya perubahan biomarker akibat meningkatnya kepatuhan diet. Namun, perubahan biomarker lipid seperti kolesterol total pada dasarnya bersifat dinamis dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, tidak hanya dari aspek kepatuhan diet, tetapi juga durasi intervensi, metabolisme individu, penggunaan obat, serta gaya hidup lain seperti aktivitas fisik. Oleh karena itu, meskipun edukasi terbukti meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan diet, penurunan kadar kolesterol dalam jangka pendek belum sepenuhnya mencerminkan efektivitas klinis secara komprehensif. Diperlukan pemantauan jangka panjang untuk memastikan bahwa perubahan biomarker tersebut konsisten, stabil, dan bermakna secara klinis dalam menurunkan risiko komplikasi kardiovaskular.

5.3 Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari bahwa dalam melakukan pengamatan dan penelitian ini masih banyak sekali kekurangan dan keterbatasan yang dimiliki. Untuk itu bagi para akademisi yang akan menggunakan penelitian ini sebagai dasar kajian ilmiah diharapkan memperhatikan keterbatasan dalam penelitian.

Beberapa keterbatasan tersebut sebagai berikut:

1. Media yang digunakan peneliti merupakan media baru
2. Proses penelitian ini dilakukan dengan durasi yang cukup singkat.

5.4 Evaluasi Media

Dari hasil penelitian media Jurnal Book ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, dan kepatuhan responden sehingga kadar kolesterol responden mengalami perubahan yang cukup signifikan. Peneliti melakukan wawancara kepada responden mengenai media jurnal book yang dapat peneliti simpulkan sebagai berikut :

1. Beberapa responden menilai media mudah dipahami karena bahasa sederhana dan tampilan yang menarik
2. Responden dapat menggunakan media jurnal book ini sebagai bahan bacaan yang bisa diulang secara mandiri di rumah meskipun proses penelitian sudah selesai
3. Beberapa responden menilai media jurnal book ini perlu tambahan isi konten agar lebih lengkap.