



Kenali, Cegah dan Atasi Dislipidemia Recognize, Prevent, and Eradicate Dyslipidemia

Rajes Khana, Diana Laila Ramatillah, Ahmad Rofii, Chika Natasya T, Rahmawati, William Johanes, D. P, Christian Rondonuwu, Fenny Nadila R, Dewi Ariani, Dara Arjile, Dwi Yunisa D, Aprilia Asnita A.F.S, Desty Natalia M, Dora Mutiara, Endang Diana, Nazrin Anami, Melati Intan D, Rosita, Shinta Putri L, Intan Zara P, Murni Wati L, Nurlince Sarya S.A, Nita Simaremare, Widiyana Suryani

Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta

***e-mail: diana.ramatillah@uta45jakarta.ac.id**

ABSTRAK

Dislipidemia adalah kelainan metabolisme lipid yang ditandai dengan peningkatan maupun penurunan satu atau lebih fraksi lipid dalam darah. Peningkatan kadar kolesterol total dan LDL darah dapat disebabkan oleh peningkatan konsumsi lemak jenuh dan kolesterol yang tinggi dalam makanan. Pada perjalanan dislipidemia, apabila kadar kolesterol tidak terkontrol dengan baik, maka akan meningkatkan risiko terjadinya komplikasi baik akut maupun kronis. Pada umumnya, sebagian masyarakat telah mengenal perihal kolesterol secara umum namun mungkin belum memahami bagaimana cara mencegah dan mengatasi kadar kolesterol darah yang tinggi. Edukasi yang baik disertai terapi nutrisi, jasmani dan tatalaksana farmakologi diharapkan dapat mengendalikan progresifitas penyakit dislipidemia dan komplikasinya. Oleh karena itu pengabdian masyarakat berbasis webinar ini diadakan selain untuk meningkatkan keilmuan, juga diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan bahaya dari penyakit dislipidemia. Kegiatan webinar ini menargetkan mahasiswa UTA45 dan masyarakat umum dengan luaran yang diharapkan yaitu dapat meningkatkan pengetahuan tentang penyakit dislipidemia. Webinar dengan metode presentasi dan tanya jawab yang dilaksanakan pada 27 April 2022. Total peserta yang mengikuti kegiatan webinar dengan mengisi absen secara online sebanyak 66 peserta. Persentase rata – rata total skor *pretest* peserta sebesar 70,2% dan rata – rata skor *posttest* sebesar 79,6% dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan skor *posttest* sebesar 9,4%.

Kata Kunci: Dislipidemia; webinar, pengabdian masyarakat

ABSTRACT

Dyslipidemia is a lipid metabolism disorder characterized by an increase or decrease in one or more lipid fractions in the blood. Increased levels of total and LDL cholesterol in the blood can be caused by increased consumption of saturated fat and high cholesterol in the diet. In the course of dyslipidemia, if cholesterol levels are not controlled properly, it will increase the risk of complications, both acute and chronic. In general, some people are familiar with cholesterol in general but may not understand how to prevent and treat high blood cholesterol levels. Good education accompanied by nutritional, physical and pharmacological treatment is expected to control the progression of dyslipidemia and its complications. Therefore, this webinar-based community service is held in addition to increasing knowledge, it is also expected to increase awareness of the dangers of dyslipidemia. This webinar activity targets UTA45 students and the general public with the expected outcome of increasing knowledge about dyslipidemia. The webinar with presentation and question and answer methods will be held April 27,



2022. A total of 66 participants took part in the webinar by filling in online absenteeism. The average percentage of the total pretest score of the participants was 70.2% and the average posttest score was 79.6%. It can be seen that there was an increase in the posttest score of 9.4%.

Keywords: *Dyslipidemia; webinar, community service*

PENDAHULUAN

Masyarakat Indonesia cenderung mengalami perubahan pola konsumsi makanan yang tinggi lemak, yang mana perubahan ini diiringi pula dengan gaya hidup sedentari yaitu perilaku seseorang yang tidak banyak melakukan gerakan dan hanya mengeluarkan sedikit energi seperti duduk, membaca, menonton televisi, belajar, bermain game, dan menggunakan komputer. Adanya perubahan gaya hidup apalagi selama masa pandemi disinyalir menyumbang peningkatan terjadinya masalah kesehatan termasuk dislipidemia. Dislipidemia merupakan gangguan metabolisme lipid dan dikenal sebagai salah satu faktor risiko terjadinya penyakit kardiovaskuler seperti penyakit jantung koroner, stroke dan lainnya sehingga pencegahan dan pengendalian dislipidemia membantu mengurangi resiko penyakit kardiovaskular.

Dislipidemia adalah kelainan metabolisme lipid yang ditandai dengan peningkatan maupun penurunan satu atau lebih fraksi lipid dalam darah. Beberapa kelainan fraksi lipid yang utama adalah kenaikan kadar kolesterol total, kolesterol LDL, dan atau trigliserida, serta penurunan kolesterol HDL. Peningkatan kadar kolesterol total dan LDL darah dapat disebabkan oleh peningkatan konsumsi lemak jenuh dan kolesterol yang tinggi. Pada perjalanan dislipidemia, apabila kadar kolesterol tidak terkontrol dengan baik, maka akan meningkatkan risiko terjadinya komplikasi baik akut maupun kronis (Apriliany *et al.*, 2021).

Dislipidemia menjadi faktor predisposisi dari penyakit metabolik dan degeneratif. Berdasarkan data RISKESDAS pada tahun 2018, prevalensi dislipidemia di Indonesia masih tinggi yang dapat ditandai dengan dengan peningkatan kadar LDL dan kolesterol total serta semakin meningkatnya kasus penyakit jantung koroner yang terdeteksi. Dari laporan tersebut, tercatat

sebanyak 72,8% penduduk Indonesia yang berusia 15 tahun ke atas memiliki kadar LDL lebih dari 100 mg/dL dan 28,8% memiliki kadar kolesterol total lebih dari 200 mg/dL. Situasi ini menunjukkan bahwa masih dibutuhkan perhatian khusus terhadap kondisi dislipidemia yang terjadi di Indonesia

Oleh karena itu pengabdian masyarakat berbasis webinar ini diadakan selain untuk meningkatkan keilmuan dalam manajemen dislipidemia, juga diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan bahaya dari penyakit dislipidemia.

METODE

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan dengan seminar daring (webinar) menggunakan room meeting Zoom selama 2 jam dengan metode ceramah yang disampaikan oleh pembicara yaitu Dr.apr. Diana Laila Ramatillah, M.Farm dan Christian Rondonuwu, S.Farm kemudian dilanjutkan dengan sesi diskusi dimana peserta webinar dipersilahkan bertanya melalui kolom komentar room dengan format Nama_Instance_Pertanyaan.

Tempat dan Waktu : Daring menggunakan aplikasi Zoom dan 27 April 2022

Khalayak Sasaran : merupakan mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta dan masyarakat umum

Metode Pengabdian : Berupa pemberian materi secara daring melalui webinar

Indikator Keberhasilan : Berdasarkan perbandingan nilai rata-rata pretest dan posttest yang telah diisi peserta webinar melalui *google form*

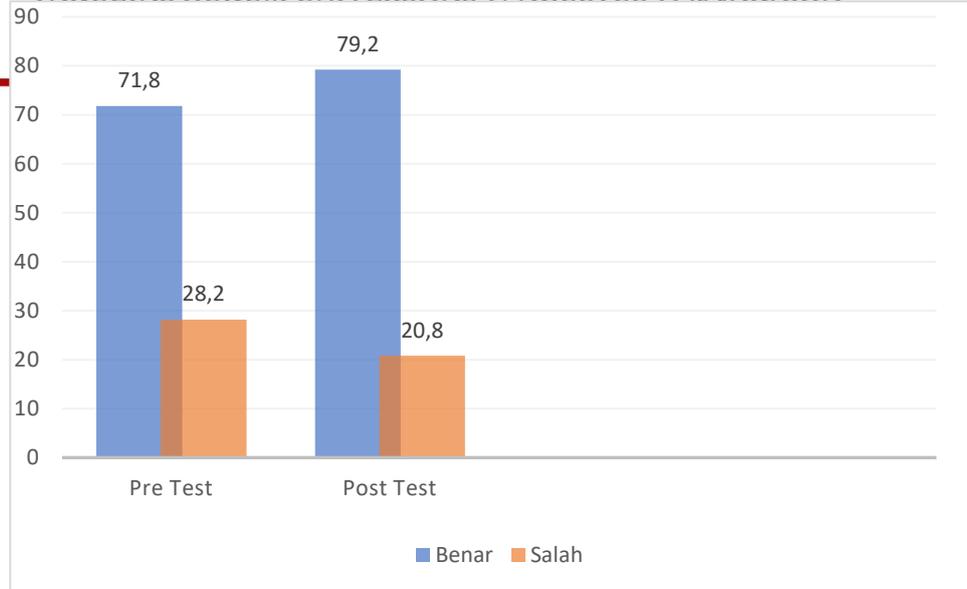
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan webinar ini diisi oleh 2 orang pembicara, yaitu Ibu Dr. apr. Diana Laila Rahmatillah, M.Farm selaku Wakil Rektor Bidang Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta dan Christian Rondonuwu selaku Mahasiswa Apoteker Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta. Secara ringkas, materi yang disampaikan pembicara meliputi informasi penting mengenai Penyakit Dislipidemia, dimana Dislipidemia adalah kelainan metabolisme lipid yang ditandai dengan peningkatan maupun penurunan satu atau lebih fraksi lipid dalam darah dan dislipidemia



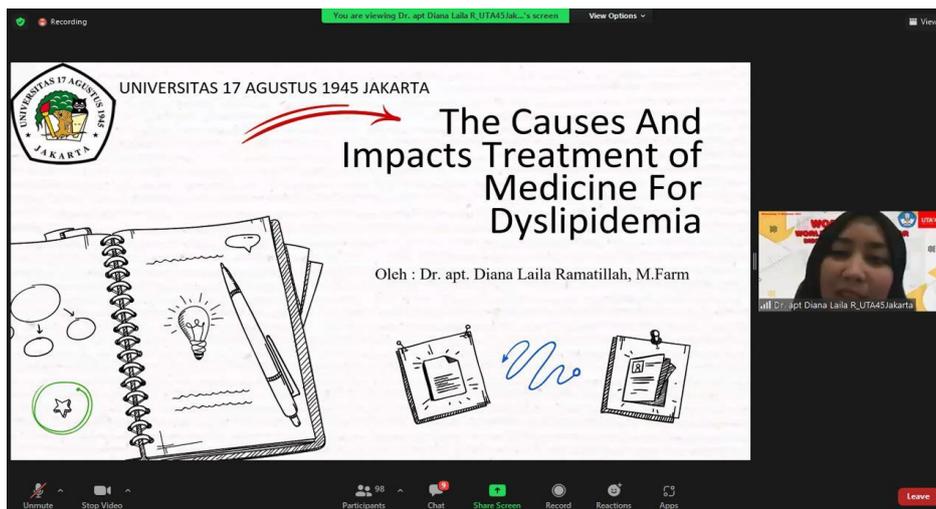
A. Kegiatan 1

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui aplikasi zoom, Peserta diwajibkan mengisi *pretest* dan *posttest* yang telah disiapkan panitia yang mana bertujuan untuk mengetahui pemahaman peserta webinar dalam menangkap materi yang telah disampaikan pemateri. Total peserta yang mengikuti kegiatan webinar dengan mengisi absen secara online sebanyak 66 peserta, dimana peserta yang mengikuti webinar merupakan mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta dan dari instansi lainnya. Data yang ditampilkan pada grafik merupakan rata-rata presentase benar dan salah dari 66 orang peserta yang berpartisipasi.



Grafik 1. Perbandingan hasil *pretest* dan *posttest*

Dapat dilihat dari data diatas pada pre-test jumlah peserta yang menjawab dengan benar 71,8% dan pada Post test jumlah peserta yang menjawab dengan benar menjadi 79,2% terdapat kenaikan pada jumlah jawaban benar menjadi 7,4 %. Salah satu faktor yang mempengaruhi pemahaman peserta terhadap materi yang di



berikan dari narasumber yaitu materi disampaikan dengan jelas, singkat dan menggunakan bahasa yang mudah dipahami peserta tanpa bertele-tele.

Gambar 1. Pemaparan Materi Webinar oleh Pemateri 1 Dr.apr. Diana Laila

Ramatillah, M.Farm



Gambar 2. Pemaparan Materi Webinar oleh Pemateri 2 Christian Rondonuwu

B. Keberhasilan Kegiatan

Keberhasilan webinar kenali, cegah dan atasi dislipidemia merupakan sesuatu yang diinginkan oleh semua pihak yang terlibat baik panitia, narasumber serta masyarakat yang mengikuti jalannya webinar. Keikutsertaan masyarakat dan keaktifan masyarakat selama webinar berlangsung sangat menunjang keberhasilan webinar. Pemaparan materi diberikan oleh narasumber dan pada sesi tanya jawab yang diajukan oleh masyarakat dijawab langsung oleh narasumber berjalan lancar dan kondusif.

SIMPULAN

Kegiatan webinar ini diisi oleh 2 orang pembicara, yaitu Ibu Dr. apt. Diana Laila Rahmatillah, M.Farm selaku Wakil Rektor Bidang Akedemik Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta dan Christian Rondonuwu selaku Mahasiswa Apoteker Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta. Total peserta yang mengikuti kegiatan webinar dengan mengisi absen secara online sebanyak 66 peserta. Persentase rata-rata total skor *pretest* peserta sebesar 70,2% dan rata-rata skor *posttest* sebesar 79,6% dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan skor *posttest* sebesar 7,4%.

Melihat dari antusias tanggapan yang diberi para peserta, maka saran yang dapat diberikan yaitu acara serupa perlu diadakan secara rutin. Perlu juga melibatkan masyarakat luas dan para narasumber dari instansi yang lebih tinggi dan berkompeten dibidangnya. Kemudian perlunya persiapan yang lebih matang dan koordinasi untuk menjamin kelancaran acara dan pencapaian tujuan dari yang digagas.

ACKNOWLEDGMENT

Panitia pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terimakasih kepada narasumber dan peserta webinar yang telah menyempatkan untuk mengikuti kegiatan ini dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriliany, F., Ikawati, Z., & Pramantara, I. D. P. (2021). Pengaruh Komorbid dan Jenis Terapi Terhadap Outcome Kolesterol Total Pasien Dislipidemia. *JMPF*, 11(3), 153–163.
- PERKENI. (2019). *Pedoman Pengelolaan Dislipidemia Di Indonesia*. PB Parkeni.



Purwantiingrum, D. A., Cahayani, W. A., Rahayu, I. D., Ratnaningrum, S. D., & Wijayanto, F. H. (2021). Perbedaan Tingkat Pengetahuan dan Pola Perilaku Pencegahan Dislipidemia pada Masyarakat Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Tri Dharma Mandiri*, 1(2), 104–114.

Wahjuni, S. (2015). *Dislipidemia Menyebabkan Stress Oksidatif Ditandai Oleh Meningkatnya Malondialdehid*. Udayana University Press.