

## **STUDI PENGEMBANGAN INSTRUMEN EDUKASI UNTUK MENURUNKAN RISIKO PCOS (*Polycystic Ovary Syndrome*) PADA WANITA DENGAN OBESITAS**

**Ratna Widyasari<sup>1\*</sup>, Adhisty Kharisma Justicia<sup>1</sup>, Pinda Hutajulu<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Akademi Farmasi Yarsi Pontianak

<sup>2</sup>KSM Kebidanan dan Penyakit Kandungan RSUD Dr Soedarso Pontianak

\*Email: [ratnawidyasari@akfaryarsiptk.ac.id](mailto:ratnawidyasari@akfaryarsiptk.ac.id)

*Artikel diterima: 22 Oktober 2019; Disetujui: 26 Februari 2020*

DOI: <https://doi.org/10.36387/jiis.v5i1.391>

### **ABSTRAK**

Wanita dengan obesitas akan mengalami penambahan lemak, lemak ini akan terakumulasi pada lemak visceral yang jika menumpuk pada waktu lama akan menyebabkan terjadinya PCOS sehingga menyebabkan menstruasi tidak teratur dan anovulasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran mengenai faktor yang dapat menyebabkan hambatan wanita dengan obesitas untuk merubah *life-style* sehingga berisiko mengalami PCOS serta untuk mengembangkan instrumen edukasi untuk menurunkan risiko pcos pada wanita dengan obesitas. Penelitian ini terdiri dari tiga tahap. Pada tahap pertama dilakukan penilaian kebutuhan edukasi wanita obesitas dengan metode kualitatif menggunakan wawancara semi terstruktur. Pada tahap kedua dilakukan pengembangan instrumen edukasi dan dilakukan pembuatan kuisisioner pengetahuan. Pada tahap ketiga dilakukan evaluasi awal terhadap instrumen edukasi. Faktor yang mempengaruhi menyebabkan hambatan wanita obesitas untuk merubah *life-style*, antara lain: Faktor yang berhubungan dengan pasien dan faktor diluar pasien (lingkungan). Sebagian besar pengetahuan pasien terhadap penyakit dan pengobatan kurang sehingga menyebabkan persepsinya salah dan pasien menjadi tidak patuh Bentuk instrumen edukasi yang dibutuhkan adalah instrumen untuk mengubah pengetahuan pasien, berupa booklet edukasi. *Booklet* edukasi yang dikembangkan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan sehingga pada akhirnya dapat mengubah perilaku ketidakpatuhan pasien pada penelitian lebih lanjut.

**Kata kunci:** Obesitas, PCOS, Booklet Edukasi

### **ABSTRACT**

*Women with obesity would experience an increase in lipid. These lipids would be accumulated in the visceral part of the body caused anovulation that is part of the menstrual disorder called polycystic ovary syndrome (PCOS). This study aims to know factors that could affect obese women to change their lifestyle and to develop an instrument to educate obese women to decrease the risk of PCOS. This study consisted of three steps. In the first step, the obese woman was evaluated qualitatively using semi-structured interviews to know their education needs. In the second step, the education instrument was developed based on their*

*education need. In the third step, the instrument education that had been developed was evaluated. The result showed that the kind of factors affecting obese women to change lifestyle was patient inside-factors and patient outside-factor (environment). Most of the patients had low knowledge about the disease and the cure causing misperception and uncompliance. Therefore, the education instrument was developed using the booklet. The result of the evaluation instrument showed that the booklet that had been developed could increase patient knowledge o change patient uncompliance behavior.*

**Keywords:** *Obesity, PCOS, Educational booklet*

## **PENDAHULUAN**

Dalam beberapa tahun terakhir terjadi peningkatan prevalensi obesitas, hal ini dikarenakan adanya ketidakseimbangan antara kalori yang dikonsumsi dan yang digunakan (World Health Organization, 2011). Salah satunya disebabkan oleh peningkatan konsumsi makanan cepat saji, rendahnya aktivitas fisik, faktor genetik, pengaruh iklan, psikologis, status social ekonomi, program diet, dan usia, yang berkontribusi pada perubahan keseimbangan energi dan berujung pada kejadian obesitas (Barasi M.E, 2009)

Obesitas diketahui mempunyai dampak pada fertilitas kehidupan wanita. Salah satunya adalah terjadinya peningkatan risiko *Poly Cystic Ovary Syndrome* (PCOS) melalui peningkatan resistensi insulin yang menyebabkan sel teka

memproduksi androgen dan menghambat *Sex Hormone Binding Globulin* (SHBG) sehingga androgen bebas meningkat. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ogbuji (2010) dimana wanita dengan obesitas akan mengalami penambahan lemak, akumulasi lemak visceral jika menumpuk lama akan menyebabkan terjadinya PCOS sehingga menyebabkan menstruasi tidak teratur dan anovulasi. Salah satu metode untuk menurunkan risiko PCOS adalah dengan mengubah *lifestyle* (Cristina, R F et all, 2010)

Di Indonesia belum ada instrumen edukasi spesifik untuk menurunkan risiko PCOS pada wanita dengan obesitas. Berdasarkan pengamatan peneliti di lapangan, saat ini bentuk edukasi yang sudah dilakukan apoteker di RSUD Dr.Soedarso Pontianak adalah konseling, yang memiliki

keterbatasan seperti waktu dan sumber daya tenaga kesehatan sehingga tidak memungkinkan untuk *follow up*, jadi ada kemungkinan keterbatasan informasi yang disampaikan. Selain itu, edukasi juga memperhatikan aspek pendekatan, frekuensi edukasi yang diberikan, dan perlu didukung aspek media sebagai cara penyampaian edukasi. Materi edukasi yang tidak di *design* dengan baik, tidak akan efektif dan tidak mampu menyampaikan pesan edukasi. Oleh karena itu dibutuhkan pengembangan instrumen edukasi untuk wanita dengan obesitas untuk menurunkan risiko PCOS.

## **METODE PENELITIAN**

### **Rancangan Penelitian**

Rancangan penelitian terdiri dari tiga tahap. Pada tahap pertama, peneliti melakukan penilaian kebutuhan wanita obesitas terhadap edukasi (*learning needs assessment*) serta memperoleh informasi model edukasi yang diinginkan dengan metode wawancara semi-terstruktur

Pada tahap kedua, dilakukan pengembangan instrumen berdasarkan *learning needs*

*assessment*, studi literatur serta pendapat pakar. Dan pembuatan kuesioner pengetahuan yang akan divalidasi.

Pada tahap ketiga dilakukan evaluasi awal menggunakan metode kuantitatif. Rancangan instrumen edukasi akan diberikan kepada dua evaluator yaitu peneliti sendiri (*self-evaluation*) dan pakar.

### **Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Poli *Obsgyn* RSUD Dr. Soedarso Pontianak, dimana RS ini merupakan rumah sakit tipe B pendidikan dan menjadi rujukan tingkat tertinggi di provinsi Kalimantan Barat.

### **Populasi dan Sampel**

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pasien wanita obesitas yang sedang berobat di poli *Obsgyn* RSUD Dr. Soedarso Pontianak. Pada tahap pertama, sampel diperoleh dengan menggunakan teknik *nonprobability sampling* yaitu *purposive sampling*, dimana sampel dipilih berdasarkan tujuan tertentu, untuk mencapai *heterogeneity sampling / maximum diversity* (Saryono. 2011). Kriteria inklusi yaitu wanita obesitas yang berobat di poli

obsgyn dan bersedia mengikuti penelitian, sedangkan kriteria eksklusinya adalah pasien dengan keterbatasan berbicara dan mendengar.

### **Teknik Pengambilan Data**

Pada tahap pertama, data kualitatif diperoleh melalui wawancara semi-terstruktur. Alat pengumpul data yang digunakan adalah peneliti sendiri, panduan wawancara, lembar dokumentasi identitas pasien, dan alat perekam suara. Proses wawancara dapat dilakukan beberapa kali sesuai kebutuhan. Apabila ditemukan topik yang memerlukan klarifikasi ulang, maka wawancara dapat dilakukan kembali.

Pada tahap kedua dilakukan pengembangan instrumen edukasi sesuai dengan *learning needs assessment*, dimulai dengan menentukan tujuan edukasi, metode edukasi, jenis instrumen yang akan dibuat, dan membuat rancangan evaluasi awal. Terakhir dilakukan evaluasi awal instrumen edukasi dengan menyiapkan lembar evaluasi untuk pakar mengenai format dan isi instrumen edukasi.

### **Analisis Data**

Pada tahap pertama, hasil rekaman wawancara, digabungkan dengan catatan lapangan dan dibuat dalam bentuk transkrip. Transkrip dibaca dan didengarkan berulang kali untuk memastikan keakuratannya. Data transkrip yang telah terkumpul diberikan kode untuk memudahkan analisis data terhadap kata kunci sampel satu dengan lainnya. *Coder* terdiri dari peneliti dan rekan sejawat. Apabila ditemukan kata kunci yang maknanya sama dibuat daftar, sehingga menghasilkan kategori. Setiap ide baru dianalisis sampai tercapai data saturasi. Pada tahap kedua dilakukan pengembangan instrumen edukasi, dimana materi edukasi dibuat secara bertahap dalam beberapa bagian (bab-subbab), pada proses ini peneliti meminta *feedback* kepada pakar dan pasien. Terakhir tahap ketiga dilakukan evaluasi awal untuk merevisi instrumen edukasi sebelum didistribusikan, agar sesuai kebutuhan wanita dengan obesitas.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan analisis transkrip beserta *member checking* pada 9

partisipasi dihasilkan tema yang menyebabkan hambatan wanita dengan obesitas untuk merubah *life-style* yang dapat dipetakan menggunakan pendekatan teori *Health Belief Model* (HBM).

Salah satu faktor yang menyebabkan wanita obesitas tidak patuh adalah persepsi bahwa masih muda berarti belum berisiko. Hal ini sejalan dengan teori HBM, persepsi terhadap risiko PCOS rendah karena pasien menganggap kondisi usia masih muda merupakan kondisi yang tidak mengancam karena merasa belum berbahaya (*perceived severity*) dan pasien tidak merasa rentan (*low perceived susceptibility*) sehingga tidak takut akan mengalami dampak yang akan terjadi. Persepsi ini ditemukan juga oleh Hansa el al dimana dilaporkan bahwa 78% wanita muda tidak menyadari bahaya dari PCOS. Dinyatakan bahwa usia muda merupakan alasan yang mendorong pasien PCOS untuk tidak mengikuti rekomendasi terapi karena kesadaran (pengetahuan) akan dampak PCOS yang kurang (Rajkumari P, Sahoo J, Sujata P, Sahoo G, Hansa J, 2016).

Selain itu, persepsi adanya riwayat efek obat yang tidak dikehendaki. Sesuai teori HBM, adanya *modifying factor* akan menyebabkan ketidakpercayaan pasien terhadap pengobatan karena *perceived barrier* pasien terhadap pengobatan lebih besar daripada *perceived benefit* sehingga menyebabkan pasien menjadi tidak patuh. Pada penelitian lain, yaitu studi observasional, penyebab ketidakpatuhan pasien PCOS dikarenakan efek samping yang ditimbulkan (Bazarganipour F, Taghavi SA, Allan H, Hosseini N, 2017) dan dari suatu studi ditemukan bahwa efek samping dari metformin adalah gangguan pencernaan sehingga menyebabkan pasien tidak patuh (Fatima M, Sadeeqa S, Nazir S, 2018)

Persepsi bahwa adanya perasaan tidak enak dengan teman dan keluarga akan menyebabkan ketidakpercayaan terhadap pengobatan karena *perceived barrier* lebih besar daripada *perceived benefit*, hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan DiMatteo bahwa adanya dukungan keluarga dan

teman akan menjadi motivasi pengobatan PCOS (DiMatteo MR, 2004).

Rasa makanan enak adalah salah satu *barier* yang dialami pasien, hal ini sejalan dengan hasil penelitian bahwa adanya hubungan antara asupan energi (karbohidrat, lemak, dan protein) yang tinggi dalam jangka waktu lama akan menyebabkan penumpukan dalam tubuh dan hasil akhirnya akan terjadi obesitas (Cristina, R F et al, 2010). Sesuai dengan teori HBM, hambatan ini dikarenakan *perceived barrier* pasien (rasa masakan tidak enak) lebih besar daripada *perceived benefit* (pembatasan asupan kalori).

Malas adalah salah satu *barier* yang dialami pasien obesitas. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Thomson, salah satu hambatan wanita obesitas dalam melakukan olahraga karena waktu yang tidak ada, malas dan karena kesibukan sehari-hari (Thomson RL, Buckley JD, Brinkworth GD, 2016). Hal ini sesuai dengan teori HBM, hambatan ini dikarenakan *perceived barrier* (rasa malas) lebih besar daripada *perceived benefit*.

Salah satu hambatan pasien untuk minum obat secara teratur adalah lupa karena aktifitas seperti bekerja. Menurut teori kepatuhan dari WHO, kepatuhan terdiri dari lima dimensi salah satunya faktor pasien. Salah satu hambatan yang dialami pasien dalam menjalankan terapi adalah pasien mudah lupa (gangguan mengingat) (WHO, 2003).

Adanya nasihat orang lain merupakan faktor di luar (lingkungan) yang dapat mempengaruhi ketidakepatuhan, sesuai dengan teori HBM, adanya *cues to action* seperti *advice from others* (nasihat orang lain) akan mempengaruhi perilaku pasien PCOS untuk patuh. Sejalan dengan penelitian Bartholomew bahwa perilaku pasien itu cenderung meniru pengalaman dari orang yang dirasa lebih benar atau memiliki pengalaman banyak (Bartholomew LK, Parcel GS, Kok G and Gottlieb NH, 2003).

Menurut teori HBM, pengetahuan adalah salah satu *modifying factors* yang dapat mempengaruhi persepsi seseorang. Oleh karena itu berdasarkan hasil *learning need assesment*, maka pada

penelitian ini dilakukan pengembangan instrument edukasi untuk mengubah pengetahuan pasien, berupa *booklet* edukasi yang diharapkan dapat mempengaruhi persepsi pasien terhadap perilaku mematuhi rekomendasi tenaga kesehatan.

Isi materi *booklet* dirancang sebagai penyedia informasi. Pemilihan media *booklet* karena mudah dibawa dan jika diperlukan setiap waktu dapat dibaca tanpa menggunakan peralatan seperti video. *Booklet* merupakan suatu contoh media cetak yang dapat digunakan sebagai media edukasi pasien.

*Booklet* edukasi pada penelitian ini, memiliki tujuan yang sama dengan *booklet* yang sebelumnya sudah ada di luar negeri yaitu untuk mengubah pengetahuan dalam rangka meningkatkan kepatuhan. Penyusunan bahasanya lebih sederhana, penggunaan gambar yang memiliki porsi lebih besar karena disesuaikan hasil *learning need assesment*.

Untuk mengukur pengetahuan wanita obesitas setelah menggunakan *booklet* edukasi, dikembangkan

kuesioner pengetahuan berdasarkan determinan pengetahuan, yang telah dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas dengan menggunakan program *SPSS 19.0 for Windows*.



**Gambar 1.** Booklet Edukasi Untuk Menurunkan risiko PCOS Pada Wanita Obesitas

Rancangan *booklet* edukasi direvisi terlebih dahulu sebelum didistribusikan, agar sesuai dengan kebutuhan pasien, maka dilakukan evaluasi awal. Rancangan *booklet* edukasi diberikan kepada 2 evaluator yaitu pakar dan peneliti. Pakar (dokter spesialis obsgyn dan apoteker) akan menerima daftar tilik penilaian instrumen edukasi media cetak menggunakan lembar evaluasi PEMAT-P. (Shoemaker SJ, Wolf MS, Brach C, 2013) sedangkan peneliti melakukan evaluasi berupa tingkat keterbacaan (*readability*) dengan menggunakan *SMOG-test*. (Bastable, Susan B, 2002).

Berdasarkan hasil uji keterbacaan . Jumlah kata yang terdiri dari 3 suku kata = 203. Hasil akar dari  $14. 14 + 3 = 17$ . Jadi tingkat pembaca yang sesuai adalah diatas lulusan SMA. Hal ini sesuai karena sebagian besar karakteristik pendidikan partisipan pada penelitian ini adalah lulusan SMA.

**Tabel 1.** Hasil keterpahaman *Booklet* Edukasi menggunakan Lembar Evaluasi PEMAT-P

No.	Evaluator (pakar)	Nilai
1.	Dokter Spesialis Obsgyn	94%
2.	Apoteker I	82%
3.	Apoteker II	94%
4.	Apoteker III	88%
	Jumlah	358%
	Rata-rata	89,5%

**Tabel 2.** Hasil Keterterapan *Booklet* Edukasi menggunakan Lembar Evaluasi PEMAT-P

No.	Evaluator (pakar)	Nilai
1.	Dokter Spesialis Obsgyn	100%
2.	Apoteker I	85%
3.	Apoteker II	85%
4.	Apoteker III	100%
	Jumlah	370%
	Rata-rata	92,5%

Berdasarkan dari hasil uji keterbacaan (89,5%) dan keterterapan (92,5%) *booklet* edukasi ini tinggi, maka diperlukan penelitian lebih

lanjut untuk melihat efektivitas *booklet* edukasi ini.

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa yang menyebabkan hambatan wanita dengan obesitas untuk merubah *life-style* sehingga berisiko mengalami PCOS, antara lain: faktor yang berhubungan dengan pasien dan faktor di luar pasien/lingkungan, serta bentuk instrumen edukasi yang dibutuhkan adalah instrumen untuk mengubah pengetahuan pasien, berupa *booklet* edukasi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Kemenristekdikti sebagai pemberi dana penelitian dan juga kepada RSUD DR Soedarso dan Akademi Farmasi Yarsi Pontianak atas semua kontribusinya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Barasi M.E. 2009. At a glance ilmu gizi. Editor: Safitri A, Astikawati R. Alih Bahasa: Helim H. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Bartholomew LK, Parcel GS, Kok G and Gottlieb NH. 2003.



- Planning health promotion programs: An intervention mapping approach. Texas University
- Bastable, Susan B. 2002. Perawat sebagai pendidik: prinsip-prinsip pengajaran dan pembelajaran; alih bahasa, gerda wulandari, giyanto widiyanto, editor bahasa indonesia, palupi widyastuti. Jakarta: EGC.
- Bazarganipour F, Taghavi SA, Allan H, Hosseini N. 2017. Facilitating and inhibiting factors related to treatment adherence in women with polycystic ovary syndrome: A qualitative study. *Int J Reprod Biomed (Yazd)*. Sep;15(9):553-560.
- Cristina, R F et all. 2010. Physical activity, obesity, and eating habits can influence assisted reproduction outcomes. *Future Medicine LTD*.
- DiMatteo MR. 2004. Social support and patient adherence to medical treatment: a metaanalysis. *HealthPsychol*.;23:207-218
- Fatima M, Sadeeqa S, Nazir S. 2018. Metformin and its gastrointestinal problems: A review. *Biomedical Research*; 29 (11): 2285-2289
- Ogbuji, Queen C. 2010 Obesity and Reproductive Performance in Women. *African Journl of Reproductive Health*. September, Vol 14 (3)
- Rajkumari P, Sahoo J, Sujata P, Sahoo G, Hansa J. 2016. Awareness about PCOS and the Likelihood of its Symptoms in Adolescent Girls in a Semi-Urban SetUp: A Cross Sectional Study. *J Med Sci Clinical Research*;4(11):12264-9.
- Saryono. 2011. Metodologi penelitian kualitatif dalam bidang kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Shoemaker SJ, Wolf MS, Brach C. 2013. Patient Education Materials Assessment Tool for Printable Materials (PEMAT-P). Rockville, MD: Agency for Healthcare Research and Quality.
- Thomson RL, Buckley JD, Brinkworth GD. 2016. Perceived exercise barriers are reduced and benefits are improved with lifestyle modification in overweight and obese women with polycystic ovary syndrome : a randomised controlled trial. *BMC Women Health*, 2016;16:14. Publied Mar
- World Health Organization. 2003. Adherence to long-term therapies: Evidence for action. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization. 2011. Medical centre: Obesity and overweight. [www.WHO.int](http://www.WHO.int) [Internet]. [update 2011 Marc; cited 2012 Marc 9].