

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pasien merupakan individu yang menerima layanan kesehatan, baik dalam kondisi rawat inap maupun rawat jalan (Andrias *et al.*, 2021). Dalam proses penyembuhan, pemenuhan kebutuhan gizi yang tepat sangat berperan dalam mempercepat pemulihan. Menurut Kementerian Kesehatan RI (2020), asupan makanan yang tidak sesuai dengan kondisi kesehatan pasien dapat memperburuk penyakit, memperpanjang masa perawatan, bahkan meningkatkan risiko komplikasi. Oleh karena itu, makanan yang dikonsumsi pasien harus diawasi dengan ketat agar sesuai dengan kebutuhan gizi dan kondisi medisnya. Pola makan yang tidak tepat dapat memperlambat proses penyembuhan dan bahkan memperburuk kondisi pasien (Kemenkes RI, 2021).

Makanan berdiet merupakan pola konsumsi yang dirancang untuk mendukung penurunan berat badan atau pemeliharaan berat badan ideal melalui pengaturan asupan energi dan pemilihan jenis makanan tertentu. Prinsip utama dari makanan berdiet adalah keseimbangan antara kalori yang masuk dan kalori yang digunakan tubuh, dengan menekankan pada konsumsi makanan bergizi seimbang dan rendah energi seperti buah, sayur, biji-bijian utuh, serta sumber protein tanpa lemak. Dalam studi oleh Hall *et al.* (2019), ditemukan bahwa pola makan rendah karbohidrat maupun rendah lemak yang diformulasikan dengan gizi seimbang sama-sama efektif dalam menurunkan berat badan apabila diikuti secara konsisten. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Gardner *et al.* (2018) menunjukkan bahwa keberhasilan diet lebih ditentukan oleh kualitas makanan dan pola perilaku makan dibandingkan hanya sekadar menghitung jumlah kalori.

Makanan berdiet dikaitkan dengan indeks glikemik, di mana konsumsi makanan dengan indeks glikemik rendah terbukti membantu mengontrol nafsu makan dan menurunkan risiko obesitas (Bhupathiraju & Hu, 2020). Selain itu, peran protein dalam makanan berdiet tidak hanya sebagai sumber energi tetapi juga memiliki efek mengenyangkan lebih lama dan membantu menjaga massa otot selama proses penurunan berat badan (Leidy *et al.*, 2019). Oleh karena itu, formulasi makanan berdiet yang efektif sebaiknya memperhatikan variasi

zat gizi, komposisi makronutrien yang seimbang, dan aspek psikososial yang mendukung keberlanjutan diet dalam jangka panjang.

Kepatuhan pasien dalam mengonsumsi makanan yang disediakan oleh rumah sakit sangat penting untuk keberhasilan terapi medis. Pelayanan makanan di rumah sakit diatur oleh Kementerian Kesehatan, dengan fokus utama pada hygiene sanitasi dan keamanan pangan. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 7 Tahun 2019 tentang Kesehatan Lingkungan Rumah Sakit, yang mewajibkan setiap instalasi gizi rumah sakit menerapkan sistem penyehatan pangan siap saji. Regulasi ini mengatur prosedur penerimaan, penyimpanan, pengolahan, serta penyajian makanan agar memenuhi standar keamanan dan mutunya.

Namun, keberhasilan terapi diet tidak hanya ditentukan oleh nilai gizi makanan, tetapi juga oleh daya terima makanan tersebut oleh pasien. Daya terima merupakan sejauh mana makanan dapat diterima oleh pasien dari aspek rasa, tekstur, aroma, dan tampilan. Daya terima yang rendah dapat menyebabkan pasien menolak atau hanya sedikit mengonsumsi makanan yang disediakan, sehingga berisiko terhadap ketidakseimbangan asupan gizi. Penilaian daya terima biasanya dilakukan menggunakan uji organoleptik dan instrumen seperti *Comstock Scale*, yaitu skala penilaian piring makan pasien yang mengukur seberapa banyak makanan yang dikonsumsi dibandingkan yang disajikan. Menurut Comstock et al. (1981), metode ini membantu menilai tingkat konsumsi aktual pasien di rumah sakit, yang merupakan indikator penting dalam menilai keberhasilan pelayanan gizi dan kepatuhan pasien terhadap diet rumah sakit.

Konseling gizi merupakan upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pasien serta keluarganya mengenai pentingnya asupan makanan sesuai rekomendasi medis (Nafi'a, 2021). Menurut Astuti et al. (2021), konseling gizi yang diberikan kepada pasien dapat meningkatkan kepatuhan terhadap pola makan yang telah ditetapkan oleh rumah sakit dan mengurangi kecenderungan mengonsumsi makanan dari luar. Media konseling yang efektif dapat berupa ceramah, diskusi, atau materi cetak seperti leaflet.

Leaflet merupakan media cetak yang digunakan untuk menyampaikan informasi secara ringkas dan mudah dipahami. Dalam konteks konseling gizi, leaflet dapat berisi informasi tentang pentingnya mengikuti diet rumah sakit, risiko mengonsumsi makanan dari luar, serta panduan memilih makanan sehat selama menjalani perawatan (Permas *et al.*, 2024). Menurut penelitian Putri *et al.* (2023), penggunaan leaflet sebagai media konseling efektif meningkatkan pemahaman pasien tentang pentingnya kepatuhan terhadap diet rumah sakit hingga 70%.

Lokasi penelitian ini dipilih karena RSUD Haji Medan merupakan rumah sakit pendidikan dan rumah sakit umum yang sedang menuju standar internasional. Berdasarkan survei awal yang dilakukan, sebanyak 7 dari 10 pasien tidak menghabiskan makanan jenis makanan lunak yang disediakan oleh rumah sakit. Oleh karena itu, penelitian tentang pengaruh konseling gizi terhadap daya terima makanan diet untuk membantu meningkatkan kualitas layanan kesehatan di rumah sakit ini

B. Rumusan Masalah

Adakah Pengaruh Pemberian Konseling Gizi Dengan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Daya Terima Makanan Diet Di RSUD Haji Medan

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Konseling Gizi Dengan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Daya Terima Makanan Diet Di RSUD Haji Medan

2. Tujuan khusus

- 1) Menilai pengetahuan pasien terhadap makanan diet di RSUD Haji Medan sebelum dan sesudah pemberian konseling gizi dengan media leaflet
- 2) Menilai sikap pasien terhadap makanan diet di RSUD Haji Medan sebelum dan sesudah pemberian konseling gizi dengan media leaflet
- 3) Menilai daya terima pasien terhadap makanan diet di RSUD Haji Medan sebelum dan sesudah pemberian konseling gizi dengan media leaflet
- 4) Menganalisa pengaruh konseling gizi dengan media leaflet terhadap pengetahuan pasien sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi

- 5) Menganalisa pengaruh konseling gizi dengan media leaflet terhadap sikap pasien sebelum dan sesudah konseling gizi
- 6) Menganalisa pengaruh konseling gizi dengan media leaflet terhadap daya terima makanan diet di RSUD Haji Medan sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya wawasan dan literatur mengenai pengaruh konseling gizi terhadap perubahan perilaku pasien, khususnya dalam daya terima makanan diet di RSUD Haji Medan.

2. Manfaat Pihak Rumah Sakit

1. Bagi Rumah Sakit:

Memberikan rekomendasi strategis dalam pelaksanaan konseling gizi agar lebih efektif dalam mengubah perilaku pasien .

2. Bagi Ahli Gizi:

Menyediakan data empiris yang dapat digunakan untuk merancang program konseling gizi yang lebih efektif dan terarah.

3. Bagi Pasien dan Keluarga:

Membantu meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya mengikuti anjuran gizi yang diberikan rumah sakit, sehingga mendukung proses penyembuhan pasien.