

# Pengaruh pendampingan gizi berbasis telehealth terhadap pengetahuan gizi dan asupan zat gizi makro pada pegawai negeri sipil wanita dengan status gizi lebih di kantor dinas kota Depok tahun 2019 = The effect of telehealth-based nutrition assistance on nutrition knowledge and macronutrient intake in overnutrition female civil servants at Depok governance office in 2019

Dinda Rimasandi, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20495138&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Konseling dengan pendekatan gaya hidup untuk perubahan perilaku, salah satunya dengan diet penurunan kalori, telah terbukti dapat menangani gizi lebih. Akan tetapi, pemberian intervensi tatap muka memiliki beberapa keterbatasan, antara lain keterbatasan jangkauan intervensi, serta pemberian umpan balik yang tidak tepat waktu. Berbagai studi menunjukkan bahwa konseling gizi dengan menggunakan metode telehealth dapat berperan dalam penanganan gizi lebih. Saat ini penelitian mengenai telehealth dalam bidang gizi di Indonesia masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh pendampingan gizi yang meliputi pemberian konseling, edukasi, dan monitoring evaluasi berbasis telehealth terhadap pengetahuan gizi dan asupan zat gizi makro. Desain penelitian yang digunakan adalah kuasi eksperimental dengan pemberian intervensi selama 3 minggu berupa pendampingan gizi pada 21 PNS wanita di Dinas Kesehatan, Dinas Sosial, dan Dinas Pemuda Olahraga Kebudayaan dan Pariwisata Kota Depok (perlakuan) dan edukasi gizi pada 15 PNS wanita Dinas Pendidikan Kota Depok (kontrol) yang mengalami gizi lebih. Penelitian ini menilai perubahan pengetahuan gizi dan asupan gizi makro setelah diberikan intervensi dengan menggunakan uji beda rata-rata. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan (p value 0,010), penurunan asupan energi (p value 0,010), protein (p value 0,016), dan karbohidrat (p value 0,001) pada kelompok perlakuan dan adanya penurunan asupan protein (p value 0,012) pada kelompok kontrol setelah diberikan intervensi. Tidak terdapat perbedaan perubahan pengetahuan gizi dan asupan zat gizi makro antar kelompok.

.....Counseling with a lifestyle approach to behavior change, such as calorie-decreasing diet, has been shown to be able to handle overnutrition. However, giving face-to-face interventions has several limitations, including limited range of interventions, as well as providing timely feedback. Various studies show that nutritional counseling using the telehealth method can play a role in handling overnutrition. Current research on telehealth nutrition intervention in Indonesia is still limited. Therefore, this study aims to look at the effect of nutritional assistance which includes providing telehealth-based counseling, education, and monitoring evaluation of nutrition knowledge and macronutrient intake. The research design used was quasi-experimental with 3 weeks intervention of nutritional assistance at 21 female civil servants at the Dinas Kesehatan, Dinas Sosial, dan Dinas Pemuda Olahraga Kebudayaan dan Pariwisata Kota Depok (intervention) and nutrition education at 15 female civil servants in Dinas Pendidikan (control) who are overweight or obese. This study assessed changes in knowledge and macronutrient intake after intervention was given using the average difference test. The results showed an increase in knowledge (p value 0.010), decreased energy intake (p value 0.010), protein (p value 0.016), and carbohydrate (p value 0.001) in intervention group and a decrease in protein intake (p value 0.012) in the control group after intervention.

There is no difference in changes in nutrition knowledge and macronutrient intake between groups