

PERUBAHAN PERILAKU PENDERITA HIPERTIROID PASCA INTERVENSI DI KLINIK BP2 GAKI MAGELANG

Diah Yunitawati, Spsi, MPH, dkk

Konsumsi iodium yang berlebihan (ekses) meningkatkan risiko terjadinya *iodine induce hyperthyroidism* (IIH), karsinoma tiroid, atau *autoimmune thyroid disease* (penyakit Grave atau Hashimoto). Perubahan perilaku, khususnya terhadap perilaku dan pola makan perlu diperhatikan untuk menghindari terjadinya konsumsi iodium yang berlebihan. Pola makan yaitu asupan dan frekuensi makan dari sumber iodium perlu diperhatikan.

Hipertiroidisme merupakan keadaan yang menunjukkan aktivitas kelenjar tiroid yang berlebihan dalam mensintesis hormon tiroid, sehingga meningkatkan metabolisme di jaringan perifer. Hipertiroid memberikan risiko terhadap kesehatan jantung dan tulang, peningkatan risiko demensia dan Alzheimer. Selain itu, risiko menderita anemia pada penderita hipertiroid juga meningkat empat kali lebih tinggi. Selain menimbulkan gejala secara klinis dan fisiologis, perubahan fungsi tiroid, baik pada penderita hipotiroid maupun hipertiroid, dapat menimbulkan gangguan pada fungsi kognitif, masalah perilaku, dan perubahan perasaan (*mood*) serta kecemasan.

Masalah dan kendala yang dialami dalam memberikan pelayanan pasien hipertiroid antara lain angka kekambuhan yang cukup tinggi dan keberhasilan terapi bersifat sangat individual. Keberhasilan ini dipengaruhi tingkat kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat, kepatuhan menjalani diet makanan, serta masalah emosi, stres, dan kecemasan yang sering dialami pasien. Faktor yang mempengaruhi kecepatan sembuh atau kekambuhan juga berbeda untuk tiap pasien.

Penelitian ini dilakukan untuk mengevaluasi pengaruh intervensi psikologi, gizi, dan obat terhadap penderita hipertiroid di klinik BP2 GAKI Magelang. Desain penelitian adalah pre-eksperimen pada satu kelompok perlakuan dengan sampel penderita hipertiroid yang datang di klinik BP2 GAKI Magelang yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi dengan jumlah 45 orang.

Kecemasan yang dialami penderita hipertiroid ternyata menunjukkan penurunan setelah dilakukan proses konseling psikologi pada setiap penderita secara individual. Prosentase kecemasan terbesar pada sebelum dilakukan konseling berada pada tingkat sedang dan berat. Setelah proses konseling, terjadi perubahan prosentase tingkat kecemasan. Prosentase tertinggi tetap pada tingkat sedang. Setelah konseling, terdapat satu responden yang tidak memiliki indikasi kecemasan

Intervensi gizi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah konseling gizi. Penelitian ini mengukur pengetahuan responden mengenai masalah gizi yang terkait dengan hipertiroid, termasuk beberapa jenis makanan yang sebaiknya dikonsumsi ataupun dikurangi. Hasil analisis terhadap peningkatan skor pengetahuan, sikap, dan praktek gizi menunjukkan bahwa proses konseling yang telah dilakukan tidak berhasil sesuai tujuan awal, yakni untuk meningkatkan kemampuan pasien mengatasi dan mengenali masalah gizi yang dihadapi.

Hasil analisis terhadap beberapa jenis makanan dan minuman yang dikonsumsi antara sebelum intervensi dan setelah intervensi menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan secara statistik. Hasil ini sesuai dengan analisis terhadap nilai praktek yang juga menunjukkan tidak adanya perbedaan signifikan secara statistik antara praktek sebelum intervensi dan setelah intervensi, meskipun skor pengetahuan dan sikap responden mengalami perubahan.

Hasil analisis menunjukkan bahwa ada beda nilai TSH sebelum intervensi dibandingkan setelah nilai TSH setelah intervensi dan secara statistik bermakna. Penelitian ini membuktikan bahwa ada peningkatan nilai TSH yang signifikan setelah

mendapatkan intervensi. Hasil ini juga sama untuk nilai fT4. Terdapat perbedaan nilai fT4 antara sebelum dan setelah intervensi.

Kesimpulan penelitian ini adalah bahwa penanganan pada penderita hipertiroid membutuhkan berbagai aspek yang terkait, yaitu dari aspek medis, psikologis, dan gizi. Konseling psikologi dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan penderita hipertiroid. Peningkatan pengetahuan dan sikap penderita hipertiroid tidak selalu mendukung ke arah perubahan perilaku makan. Keberhasilan penanganan sangat tergantung kondisi setiap individu.

Saran yang dapat diberikan antara lain melakukan pemeriksaan lanjutan untuk mengetahui penyebab dari hipertiroid, sehingga hasil intervensi dapat lebih maksimal, menyempurnakan metode konseling gizi yang lebih efektif untuk dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap yang mampu mengubah perilaku penderita hipertiroid ke arah yang lebih baik.