

Nama : Winda Trianingsih
NIM : 1033241091

ABSTRAK

Latar Belakang: Pasien pasca operasi mengalami peningkatan kebutuhan kalori dan protein untuk mempercepat penyembuhan luka, mendukung perbaikan jaringan, serta meningkatkan daya tahan tubuh. Kekurangan asupan gizi dapat menyebabkan pemulihan lebih lama, daya tahan tubuh menurun, dan risiko infeksi luka meningkat. Sehingga, diperlukan pendidikan kesehatan yang tepat agar pasien memahami pentingnya diet tinggi kalori dan tinggi protein pasca operasi.

Tujuan: Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang diet tinggi kalori dan tinggi protein terhadap tingkat pengetahuan pasien pasca operasi di RSUD Aulia Pandeglang.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain *pre-experimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Sampel penelitian berjumlah 65 pasien pasca operasi yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner dengan 15 pertanyaan mengenai diet tinggi kalori dan protein. Data dianalisis menggunakan uji *paired sample t-test* untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan pasien setelah diberikan pendidikan kesehatan. Sebelum intervensi, sebagian pasien belum memahami secara benar mengenai tujuan, fungsi, serta contoh makanan tinggi kalori dan protein. Setelah intervensi, mayoritas pasien dapat menjawab dengan benar mengenai manfaat diet tinggi kalori dan protein, risiko kekurangan gizi, serta pola makan yang dianjurkan pasca operasi. Uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan signifikan antara nilai pretest dan posttest ($p < 0,05$).

Kesimpulan: Pendidikan kesehatan berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan pengetahuan pasien pasca operasi mengenai diet tinggi kalori dan tinggi protein. Edukasi yang berkesinambungan dari tenaga kesehatan sangat dianjurkan untuk meningkatkan kepatuhan pasien dalam menjalani diet sesuai kebutuhan gizi sehingga proses pemulihan dapat berlangsung lebih optimal.

Kata kunci: Diet tinggi kalori, protein, pasien pasca operasi, pendidikan kesehatan, pengetahuan.

Nama : Winda Trianingsih
NIM : 1033241091

ABSTRACT

Background: Postoperative patients experience increased requirements for calories and protein to accelerate wound healing, support tissue repair, and enhance immune function. Inadequate nutritional intake may result in delayed recovery, decreased immunity, and a higher risk of wound infection. Therefore, appropriate health education is needed to improve patients' understanding of the importance of a high-calorie and high-protein diet after surgery.

Objective: This study aimed to determine the effect of health education about a high-calorie and high-protein diet on the knowledge level of postoperative patients at Aulia General Hospital Pandeglang.

Methods: This research employed a *pre-experimental* design with a *one group pretest-posttest design*. The sample consisted of 67 postoperative patients selected through purposive sampling. The research instrument was a questionnaire containing 15 questions related to high-calorie and high-protein diets. Data were analyzed using a *paired sample t-test* to determine differences in knowledge levels before and after health education.

Results: The findings showed a significant improvement in patients' knowledge after receiving health education. Prior to the intervention, many patients lacked proper understanding regarding the purpose, function, and examples of high-calorie and high-protein foods. After the intervention, most patients were able to correctly identify the benefits of such diets, the risks of nutritional deficiencies, and the recommended eating patterns for postoperative recovery. Statistical analysis revealed a significant difference between pretest and posttest scores ($p < 0.05$).

Conclusion: Health education significantly improves the knowledge of postoperative patients regarding high-calorie and high-protein diets. Continuous education by healthcare providers is recommended to enhance patient compliance with dietary management, thereby supporting optimal recovery.

Keywords: High-calorie diet, protein, postoperative patients, health education, knowledge.