

## PERBEDAAN HEALTHY AGING SEBELUM DAN SESUDAH PENGGUNAAN HERBALIFE PADA PENDERITA OBESITAS

**Ayu Agnes Kartika Sari**  
Prodi S1 Manajemen  
Fakultas Ekonomi dan Bisnis  
Universitas Maarif Hasyim Latif

E-mail: [ayu-agnes-kartika-sari@student.umaha.ac.id](mailto:ayu-agnes-kartika-sari@student.umaha.ac.id)

### Abstrak

Herbalife Nutrition adalah Perusahaan internasional untuk produk-produk nutrisi yang berkomitmen dalam memberikan solusi untuk masalah nutrisi, obesitas dan penuaan sehat (*Healthy aging*). Dengan membuat konsumen mempunyai persepsi baik terhadap produk berkualitas serta bernilai akan membuat konsumen membeli dan memakai produk yang telah ditawarkan oleh perusahaan. Memasarkan suatu produk dengan membuktikan kualitas produk dengan menguji hasil penggunaan produk akan menciptakan persepsi konsumen. Permasalahan penelitian ini yaitu apakah terdapat perbedaan *Healthy Aging* sebelum dan sesudah penggunaan Herbalife pada penderita Obesitas yang diteliti di Club Naila. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui perbedaan *Healthy Aging* sebelum dan sesudah penggunaan Herbalife pada penderita Obesitas di Club Naila.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif deskriptif dengan menggunakan *quasi eksperiment*, rancangan penelitian yang digunakan adalah "*One Groups Pre-test Post-test Design*". Teknik dalam pengambilan sampel penelitian *Stratified Proporsional Random* dan populasinya penderita obesitas berjumlah sebanyak 33 responden sesuai berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Data primer berasal dari sampel selama penelitian. Data sekunder diperoleh dari buku, makalah dan jurnal yang berkaitan dengan tema penelitian. Instrumen dalam penelitian ini yaitu formulir penjarangan sampel, formulir analisis *Bio-Electrical Impendance*, dan formulir pengawasan konsumsi Herbalife.

Hasil penelitian ini yaitu terdapat perbedaan *Healthy aging* menggunakan Herbalife pada penderita obesitas dari hasil *Pre-test* dan *Post-test* sampel. Saran bagi penderita Obesitas sebaiknya selalu mengkonsumsi Herbalife agar mencapai *Healthy aging*. Perubahan gaya hidup sehat serta aktif serta rutin melakukan cek kesehatan agar tercapai *Healthy aging*.

**Kata Kunci:** Herbalife, Healthy Aging, dan Obesitas

### Abstract

*Herbalife Nutrition is an international company for nutritional products that is committed to providing solutions to nutritional problems, obesity and healthy aging. By making consumers have a good perception of quality and valuable products will make*

consumers buy and use products that have been offered by the company. Marketing a product by proving the quality of the product by testing the results of the use of the product will create consumer perceptions. The problem of this research is whether there is a difference in Healthy Aging before and after Herbalife use in Obesity sufferers studied at Club Naila. The purpose of this study was to determine the differences in Healthy Aging before and after Herbalife use in Obesity sufferers at Club Naila.

This type of research is a descriptive qualitative research using quasi experiments, the research design used is "One Groups Pre-test Post-test Design". The technique in taking the proportional random stratified research sample and the population of obese people numbered 33 respondents according to the inclusion and exclusion criteria. Primary data were obtained from samples during the study. Secondary data were obtained from books, papers and journals related to the research theme. The instruments in this study were the sample selection form, the Bio-Electrical Impedance analysis form, and the Herbalife consumption supervision form.

The results of this study are that there are differences in Healthy aging using Herbalife in obese people from the results of the Pre-test and Post-test samples. Advice for people with Obesity should always consume Herbalife in order to achieve Healthy aging. Changes in healthy lifestyles as well as active and routine health checks to achieve Healthy aging.

**Keywords:** Herbalife, Healthy Aging, and Obesity

## PENDAHULUAN

Herbalife Nutrition adalah perusahaan internasional produk-produk nutrisi yang mempunyai tujuan untuk menjadikan dunia agar lebih sehat serta lebih bahagia. Dengan pesatnya persaingan usaha, strategi pemasaran sangat diperlukan oleh perusahaan agar dapat menghadapi persaingan bisnis, mengembangkan usaha dan mendapatkan keuntungan perusahaan, agar perusahaan dapat terus menginovasi produk, menetapkan harga jual, mengadakan kegiatan promosi dan mendistribusikan produk kepada konsumen.

Menemukan yang diharapkan konsumen adalah awal dari proses pemasaran. Dengan membuat konsumen mempunyai persepsi baik terhadap produk yang berkualitas serta bernilai akan membuat konsumen membeli dan menggunakan produk yang ditawarkan oleh perusahaan. Pentingnya mengetahui kualitas dari

produk nutrisi dan pengetahuan akan produk menjadi sangat penting dalam menciptakan persepsi konsumen dari manfaat produk yang digunakan. Keputusan pembelian produk nutrisi dipengaruhi oleh persepsi konsumen terhadap hasil produk setelah penggunaan dan

oleh karena itu peneliti ingin mengetahui apa perbedaan *Healthy aging* dari penggunaan Herbalife pada penderita obesitas.

Kegemukan dan obesitas adalah kondisi medis kelebihan lemak tubuh yang terakumulasi sehingga menimbulkan dampak yang merugikan bagi kesehatan dan menurunkan harapan hidup dan meningkatkan masalah kesehatan Seseorang dikategorikan obesitas jika IMT melebihi

≥ 27,0 . Indeks Massa Tubuh atau *Body Mass Indeks* adalah ukuran untuk melihat status gizi seorang dewasa, yang berhubungan dengan kekurangan atau berat badan berlebih. Berdasarkan data Riskesdas 2018, proporsi kelebihan berat badan dan obesitas pada dewasa >18 tahun 2007-2018 meningkat dibandingkan dengan data Riskesdas 2013. Akumulasi lemak pada penderita obesitas berpengaruh pada proses penuaan yang bisa menurunkan angka harapan hidup. Penuaan adalah proses berkurangnya kemampuan jaringan yang perlahan-lahan dari memperbaiki, mengganti dan mempertahankan bentuk, dan fungsi normal yang mengakibatkan tubuh tidak bisa bertahan terhadap kerusakan atau memperbaiki kerusakan tersebut Berdasarkan dari data proyeksi penduduk dunia, diperkirakan pada tahun 2017 terdapat 23,66 juta jiwa lansia di Indonesia atau 9,03%. Diprediksi jumlahnya lansia pada tahun 2020 (27,08 juta), di tahun 2025 (33,69 juta), di tahun 2030 (40,95 juta) dan di tahun 2035 sekitar 48,19 juta.

## Pemasaran

### METODE

Penelitian ini dilaksanakan di salah satu Nutrition Club, Fit Club, Fit Camp, atau Fit Challenge yaitu Club Naila yang terletak di Desa Wedoro Kecamatan Waru Kabupaten Sidoarjo Jenis penelitian ini yaitu penelitian kualitatif deskriptif dengan menggunakan quasi eksperimen atau eksperimen kuasi. Penelitian ini menggunakan Rancangan penelitian ini *One Groups Pre-test Post-test Design*, yaitu desain penelitian yang menggunakan sebelum diberi tindakan (*pre-test*) dan setelah diberi tindakan (*post-test*). Hasil yang dapat diketahui

konsep pemasaran adalah kebutuhan konsumen, keinginan konsumen, permintaan konsumen, produk (barang, jasa dan ide), nilai, biaya, kepuasan, hubungan, network pemasaran, pasar, pertukaran dan transaksi, serta marketer dan prospek ke depan.

### Persepsi Konsumen

Dengan melakukan penilaian persepsi konsumen perusahaan akan memperhatikan kualitas produk atau jasanya

### Persepsi Kualitas

Persepsi konsumen terhadap kualitas adalah hal yang bersifat subjektif karena setiap konsumen mempunyai kepentingan yang berbeda terhadap suatu barang atau jasa.

### Keputusan Pembelian

Herbalife Nutrition terus berupaya memahami keinginan dan kebutuhan konsumen serta mempertahankan kualitas produk agar dapat mempertahankan keputusan pembelian produk-produk Herbalife.

lebih akurat, karena membandingkan sebelum pre-test (diberi perlakuan) dan post-test (sesudah perlakuan)). Perlakuan atau treatment ini diberikan pada penderita obesitas selama satu bulan. Di dalam *One Groups Pre-test Post-test Design*, peneliti melakukan observasi dengan memeriksa IMT, data antropometri, dan BIA (*Bio-Electrical Impedance* ). Populasi terjangkau penelitian ini adalah penderita obesitas yang merupakan konsumen Club Naila di Kelurahan Wedoro, Kecamatan Waru, Kabupaten Sidoarjo yang berjumlah 33 Orang . Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah *Stratified*

*Proporsional Random*, Sampel pada penelitian ini adalah seluruh penderita obesitas di Club Naila di Kelurahan Wedoro, Kecamatan Waru, Kabupaten Sidoarjo yang ketika dilaksanakan penelitian berjumlah sebanyak 33 sampel sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Data primer dan data sekunder yang dikumpulkan meliputi identitas pribadi subyek, data anthropometri (adalah Berat Badan (BB), Tinggi Badan (TB) )dan Analisis Bio-Electrical Impedance. Formulir Analisis Bio-Electrical Impedance, dan buku-buku serta jurnal-jurnal yang berhubungan dengan tema penelitian. Instrumen Penelitian Instrumen dalam penelitian ini yaitu formulir penjarangan sampel, formulir analisis Bio-Electrical Impedance, formulir pengawasan konsumsi Herbalife. Formulir Penjarangan sampel Penulis menggunakan Formulir untuk menentukan sampel yang berisi data-data tentang identitas sampel (nama, umur dan jenis kelamin). Formulir Analisis Bio-Electrical Impedance Salah satu alat yang digunakan untuk mengukur komposisi tubuh adalah Bio-impedance analysis (BIA). Formulir Pengawasan Konsumsi Herbalife (PKM) Formulir PKM ini dimiliki setiap pengguna Herbalife di Club Naila yang digunakan untuk mengecek penggunaan asupan nutrisi Herbalife. Formulir ini diisi setiap hari oleh peneliti maupun rekan kerja selama penelitian. Teknik Pengambilan data dalam penelitian ini yaitu metode wawancara dan metode tes. Metode Wawancara Wawancara dilakukan mengetahui informasi tentang identitas sampel (nama, jenis kelamin, umur), berat badan, tinggi badan Metode Tes Tes yang dilakukan adalah tes pengukuran data anthropometri dan pengukuran Bio Impedance Analysis (BIA) sampel penderita obesitas oleh si peneliti.

Pengambilan data sebelum dan sesudah dilakukan sebulan diberikan perlakuan melalui pengukuran berat badan dengan menggunakan timbangan injak dan meteran pengukur tinggi badan. Prosedur dalam penelitian ini yaitu tahap persiapan dan tahap penelitian. Tahap persiapan merupakan mempersiapkan semua perangkat yang diperlukan selama penelitian berlangsung.

Berikut hal-hal dilakukan dalam persiapan yaitu: Mencatat data timbangan dan tinggi badan sampel sebelum dan sesudah perlakuan menggunakan timbangan injak merek Tanita dan meteran pengukur tinggi badan. Mencatat data calon sampel berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi dengan mengisi formulir penjarangan sampel. Menyiapkan lembar pencatatan berupa formulir analisis Bio-Electrical Impedance dan formulir pengawasan konsumsi herbalife sampel yang digunakan untuk mengetahui progres dari pencapaian penggunaan Herbalife yang dikonsumsi sampel selama penelitian.

Adapun pelaksanaan penelitiannya adalah sebagai berikut : 1. *Pre-test* dengan mencatat data Anthropometri yang meliputi Berat Badan (BB), lingkaran Tinggi Badan (TB) dan data analisis Bio-Electrical Impedance. 2. Eksperimen, Setiap sampel yang juga merupakan konsumen di Club Naila, setiap pagi pada pukul 07.00 – 10.00 WIB dan Sore pada pukul 17.00-20.00 WIB datang untuk melakukan eksperimen dengan nutrisi Herbalife. Sarapan pagi dan malam yang tersedia di Club Naila adalah Herbalife HAC (*Herbal Aloe Concentrate*) dengan varian rasa Original, Mango dan Mandarin Orange. Pemberian Aloe 1 tutup botol (5 ml) yang dicampur dengan 40 ml air es atau air hangat. Aloe diminum dahulu sebelum

meminum shake Herbalife. Herbalife *F1 Nutritional Shake Mix* (Shake) dengan varian rasa *Dutch Chocolate, French Vanilla, Wild Berry* dan *Chocomint*.

Pemberian minuman shake yang terdiri dari : 25 gram ( 2 sendok makan) Nutritional Shake Mix , 240 ml air es atau air biasa (tidak dianjurkan memakai air hangat karena dapat merusak nutrisi), kemudian di blender atau di kocok dengan botol. *Herbalife Nature's Raw Guarana Instant Tea* ( Teh NRG), pemberian teh NRG sesudah meminum aloe dan shake dengan mencampurkan ½ sendok teh ( 1 gram) dengan 500 ml air hangat atau air dingin. Monitoring atau mengontrol sampel setiap hari dengan melihat Formulir Pengawasan Konsumsi Herbalife (PKM) tentang keteraturan minum Herbalife. Pengecekan rutin dimulai pada hari ke-2 setelah eksperimen yang diberikan sampai hari ke 30. 3. Melakukan pencatatan data Anthropometri yang meliputi Berat Badan (BB), lingkar Tinggi Badan (TB) dan menganalisis Bio-Electrical Impedance sampel pada hari ke-6, ke-13, ke-20, ke-27 dan ke-30 selama penelitian. 4. *Post-test* dengan melihat hasil pengukuran data Anthropometri dan *Bio-Electrical Impedance* pada sampel selama 30 hari dengan penggunaan Herbalife pada penderita obesitas di Club Naila. 5. Membandingkan *Healthy Aging* sebelum ( *Pre-test*) dan sesudah ( *Post-test*) pada sampel. 6. Menarik kesimpulan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di salah satu Nutrition Club, Fit Club, Fit Camp, atau Fit Challenge yaitu Club Naila yang berada di Desa Wedoro Kecamatan

Waru Kabupaten Sidoarjo. Nutrition Club, Fit Club, Fit Camp, atau Fit Challenge juga dikenal dengan klub sehat dan aktif adalah sebuah konsep yang menggabungkan tiga komponen penting: nutrisi yang baik, latihan fisik dan sosialisasi. Seperti pusat-pusat kesehatan, Nutrition Club juga merupakan tempat dimana para pengunjung dapat secara rutin bertemu dengan orang-orang yang sepaham dan melihat kemajuan dan hasil nutrisi masing-masing.

### Karakteristik Sampel

Tabel 4.1 Pengelompokan sampel menurut jenis kelamin

No	Jenis kelamin	Jumlah	Persentase
1	Wanita	32	97%
2	Laki-laki	1	3%
jumlah		33	100%

Tabel 4.2 Pengelompokan sampel menurut umur

No	Umur (th)	Jumlah	Persentase
1	17-25	8	24%
2	26-33	3	9%
3	34-41	4	12%
4	42-49	10	30%
5	50-57	8	24%
jumlah		33	100%

Tabel 4.1 Pengelompokan sampel menurut Berat badan

No	Berat badan	Jumlah	Persentase
1	51-60	2	6%
2	61-70	9	27%
3	71-80	8	24%
4	81-90	9	27%
5	91-100	3	9%
6	101-110	1	3%
7	111-120	1	3%
jumlah		33	100%

Pengelompokan sampel menurut klasifikasi obesitas

Tabel 2.4 Pengelompokan sampel menurut klasifikasi obesitas

No	Obesitas	Jumlah	Persentase
1	Ringan	10	30%
2	Sedang	19	58%
3	Berat	4	12%
Jumlah			

Setelah dilakukan penjarangan sampel, peneliti mencatat data-data melalui pengisian formulir penjarangan sampel dan formulir analisis Bio-Electrical Impedance. Peneliti memberikan konseling tentang hasil dari analisis Bio-Electrical Impedance tiap sampel yang bertujuan untuk memberi pengetahuan akan kondisi dan bagaimana cara untuk melakukan penelitian ini. Keluhan-keluhan kesehatan serta pola makan di tanyakan untuk dicatat dan dibandingkan dengan data sesudah penelitian. Hasil wawancara dan konseling ini mendapatkan informasi terkait dengan

### Persepsi Konsumen dan Data sebelum Mengonsumsi Herbalife (*Pre-test*)

sikap terhadap nutrisi, penyebab permasalahan obesitas maupun kesehatan, latar belakang genetik keluarga, dan usaha apa saja yang telah dilakukan sampel untuk mengatasi obesitas dan healthy aging. Persepsi sampel sebagai konsumen sangat diteliti disini, sehingga peneliti mengetahui tingkatan pengetahuan produk yang diketahui oleh sampel dengan melakukan wawancara terhadap beberapa sampel yang juga merupakan konsumen di club Naila dan salah satu pendapat dari sampel di bawah ini

“Saya diberitahu sama saudara yang sudah coba Herbalife, badannya sudah langsing dan sekarang kelihatan awet muda, saya ingin coba-coba juga biar langsing” .(Sampel No.12)

“Herbalife katanya produk herbal, saya tidak mau kalau minum obat-obatan supaya langsing jadi saya mau coba selama sebulan semoga cocok “. (Sampel No. 5)

lemak tubuh esensial dan lemak tubuh penyimpanan, *Total Body water* adalah Jumlah cairan yang di perlukan oleh

### Pedoman Pengukuran

Setelah melakukan pengecekan awal, langkah selanjutnya yaitu menganalisa tubuh sampel dengan menggunakan pedoman pengukuran yang digunakan oleh member Herbalife untuk mengetahui kondisi tubuh sebagai berikut *Body fat indeks adalah* Persentase lemak tubuh (BFP) manusia atau makhluk hidup lainnya adalah massa lemak total dibagi dengan massa tubuh total, dikalikan dengan 100; lemak tubuh termasuk

tubuh tergantung dari seberapa banyak aktivitas dan kondisi iklimnya.

Menghidrasi tubuh sangat penting agar tetap berkonsentrasi dan tidak dehidrasi. Para ahli menyarankan untuk mengonsumsi setidaknya 2 liter cairan setiap hari, rata-rata total body water untuk orang yang sehat adalah Untuk wanita berada di kisaran 45 % - 60 % dan Pria di kisaran 50 % - 65 %.

*Muscle Mass* (Massa otot) Semakin besar tingkatan massa ototnya, maka semakin cepat tubuh membakar energi (kalori) yang mempengaruhi basal metabolic rate dan membantu mengurangi *fat* atau kadar lemak di dalam tubuh yang berlebih dan menurunkan berat badan secara sehat. Rating fisik adalah penilaian kadar lemak otot dan tubuh dari angka 1 sampai 9. Basal Metabolic Rate BMR adalah tingkat energi atau kalori minimum harian yang diperlukan oleh tubuh saat istirahat (termasuk saat tidur, bernafas maupun hanya duduk) agar berfungsi secara efektif. Pengukuran BMR dapat digunakan sebagai garis dasar minimum untuk program diet, semakin aktif Usia metabolisme tubuh (Usia Sel) Usia metabolik dihitung dengan membandingkan tingkat basal metabolic rate dengan rata-rata dari kelompok usia kronologis. Jika usia metabolisme lebih tinggi (tua) dari usia yang sebenarnya maka itu adalah tanda bahwa perlunya meningkatkan tingkat

Mengawali sarapan dengan Herbal Aloe Concentrate, Formula F1 Shake Herbalife, dan Teh NRG yang kaya kan nutrisi dapat menggantikan sarapan tanpa mengurangi manfaat dan tetap terasa kenyang meskipun tidak ada komponen padat seperti makanan pada umumnya. Gambar 4.8 Kandungan gizi per gelas shake Sumber : Herbalife Nutrition Indonesia Kandungan dalam segelas shake Herbalife seperti potassium yang setara dengan 1 buah pisang, protein setara dengan 1 potong ikan kood, vitamin C setara dengan 1 buah jeruk, vitamin e setara dengan 1 sdm minyak bunga matahari, vitamin a setara dengan 100 gr keju, dan kalsium setara dengan 2 mangkuk kecil yogurt. Hal ini selain dapat mengubah persepsi konsumen terhadap produk juga mengubah persepsi

metabolisme tubuh aktivitas seseorang maka semakin banyak jumlah kalori yang dibakar dan semakin meningkat otot yang dibangun. Jadi sangat perlu untuk mengonsumsi cukup kalori untuk menjaga badan agar tetap sehat serta bugar. Bone Mass (Kepadatan Tulang) Adalah perkiraan berat mineral tulang dalam tubuh. Menjaga kesehatan tulang dengan melakukan diet seimbang yang kaya kalsium dan olahraga latihan menahan beban. Massa tulang perlu dipantau dari waktu ke waktu. Lemak visceral hampir tidak mungkin terlihat dari luar atau mencubit lemak visceral karena terletak di bawah lemak subkutan. Orang dengan lemak visceral dalam jumlah besar cenderung lebih rentan terhadap penyakit kardiovaskular daripada orang dengan tingkat lemak yang sama yang disimpan dalam jaringan adiposa subkutan. Dengan menurunkan lemak dalam perut dapat menstabilkan kadar insulin dalam jumlah besar, sehingga mengurangi resiko diabetes dan penyakit lainnya.

konsumen terhadap hidup sehat aktif dengan meningkatkan pengetahuan konsumen akan produk dan kesehatan diri sendiri. Selama penelitian selama 1 bulan penuh penggunaan Herbalife pada penderita obesitas di club Naila, dapat diketahui perbedaan selisih sebelum penggunaan penggunaan (pre-test) dan sesudah (post-test) pada semua pengukuran, dengan nilai rata-rata penurunan berat badan sebesar 6,05 kg, IMT( Indeks Massa Tubuh) sebesar 2,62 , lemak tubuh sebesar 4,25 %, Kadar air meningkat 3,1 %, Massa Otot 0,8 kg, Rating fisik 1,5 , BMR ( Basal Metabolic Rate) turun 51 kalori, Usia Sel memuda 9,5 tahun, Kepadatan tulang 0,1 , dan lemak visceral turun 1. Berat badan yang paling besar penurunannya sebesar 9,4 kg, dan yang paling kecil turun 0,2 kg ,

lemak tubuh terbesar 6,9 % dan paling kecil 0,2 % , dan Perbedaan BMR paling besar 100 kalori dan paling kecil 0 kalori. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan healthy aging sebelum dan sesudah penggunaan Herbalife pada penderita obesitas Terdapat perbedaan signifikan dalam penelitian ini selain dari data bio-electrical impedance adalah pola hidup yang sedikit demi sedikit berubah dari yang menyukai cemilan tidak sehat, mengkonsumsi makanan yang berlemak, kurang mengkonsumsi air putih dan kurang beraktivitas seperti olahraga ringan menjadi mulai menjalani

Data perkembangan tersebut menunjukkan perbaikan diri dari sebelum menggunakan herbalife, *healthy aging* terlihat sekali dari membaiknya kesehatan fisik, mental, dan rohani. Berdasarkan perbandingan data sebelum dan sesudah pada tabel 4.4 , terdapat perbaikan dari berat badan, lemak tubuh, kadar air dalam tubuh, massa otot, rating fisik, *basal metabolic rate*, usia sel ( usia metabolisme), kepadatan tulang dan lemak visceral. Karena penggunaan nutrisi Herbalife sebagai pengganti makan (*meal replacement* ) yang teliti secara ilmiah untuk memenuhi kebutuhan nutrisi seimbang. Perubahan pola makan menggunakan nutrisi Herbalife dapat di kombinasikan dengan mengatur pola makan sehat, yang terbiasa mengkonsumsi camilan manis, gorengan yang tidak sehat serta makanan makanan berat yang kaya akan karbohidrat dan lemak jenuh tidak baik untuk kesehatan bila dikonsumsi dalam jangka panjang sedikit demi sedikit berganti dengan mengkonsumsi nutrisi seimbang agar tetap sehat dan bugar menuju penuaan yang sehat. Selama penelitian berlangsung, sampel diwajibkan mematuhi aturan diet yang sudah ditentukan. Sebaiknya, pola diet ini diterapkan oleh sampel hingga

pola hidup sehat aktif. Berat badan adalah ukuran pertama pada penelitian ini dalam membedakan hasil pre-test dan post test.

Sampel nomor 16 berusia 38 tahun dan tinggi badan 157 cm, mempunyai berat badan awal 79,4 kg dan saat setelah diberi perlakuan dengan mengganti makan pagi dan makan malam dengan Herbalife, berat badan turun 6,1 kg menjadi 73,3 kg. Penurunan lemak tubuh dari 44,4 % menjadi 41,4 % , usia sel memuda 1 tahun dari awal pre-test dan lemak visceral turun 1 menjadi 9 .

mencapai berat badan sesuai dengan masing – masing kondisi sampel. Selama penelitian berlangsung terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi *Healthy aging* pada penderita obesitas yang menggunakan Herbalife yaitu a) Pola makan sehat dengan konsumsi nutrisi seimbang dengan kombinasi sehat antara karbohidrat, protein, dan lemak. b) Gaya hidup sehat dan aktif yang dilakukan dengan olahraga yang teratur, istirahat yang cukup, dan hidrasi yang mencukupi. c) Program disesuaikan untuk masing-masing orang yang ideal dan memantau hasilnya.

### **Persepsi Konsumen terhadap Produk setelah mengetahui Hasil *Pre-test* dan *Post-test***

Setelah mengetahui hasil produk dan manfaatnya, peneliti mewawancarai kembali untuk mengetahui apakah hasil dari post-test mempengaruhi bahkan mengubah persepsi konsumen terhadap produk Herbalife yang berkualitas dengan mengaitkan dimensi kualitas produk. Adapun beberapa pendapat sebagai berikut : 1. *Performance* (kinerja), Hasil produk yang di dapat dari mengkonsumsi Herbalife memberikan kepuasan konsumen.. 2. *Feature* (Keistimewaan Produk) Selain turun berat badan dan membuat awet muda



karena mengubah pola hidup sehat, mengkonsumsi Herbalife membantu melancarkan buang air besar/kecil, mengendalikan kadar gula darah agar stabil, mengendalikan kadar kolesterol dalam darah, memenuhi kebutuhan nutrisi dan vitamin, menjaga kesehatan jantung dan organ pencernaan. 3. *Reliability* (keandalan), Banyak konsumen yang sudah memberikan testimoni dan membuktikan bahwa Herbalife dapat memberikan manfaat menjaga kesehatan dan mengurangi obesitas. 4. *Conformance to spesification* (Spesifikasi yang sesuai) , Semua Produk Herbalife sudah jelas telah teruji oleh BPOM( badan pengawasan obat dan makanan), APSKI (Asosiasi Pengusaha Suplemen Kesehatan Indonesia), dan IFANCA( Islamic food and Nutrition Council of America). 5. *Durability* (Daya tahan) , Beberapa konsumen mengeluhkan bahwa produk jika tidak segera dihabiskan akan menyusut dan mengurangi rasa dari produk tersebut dan harus tetap rutin. 6. *Esthetica* ( Daya tarik) , desain kemasan yang terlihat biasa saja membuat produk herbalife tidak menarik dimata konsumen. 7. *Perseived Quality* ( Citra Produk) , Menurut konsumen setelah mengetahui bahwa Herbalife adalah merek yang telah dikenal luas dan menjadi sponsor atlet-atlet olahraga . persepsi konsumen yang timbul adalah produk ini berkualitas dan berharga cukup mahal. 8. *Serviceability* ( Kemudahan dalam pelayanan) , Club naila dan peneliti menyediakan konsultasi tentang pengetahuan produk maupun tentang program yang disesuaikan dan kemudahan membeli produk Herbalife yang Original. Dari indikator diatas dapat diketahui bahwa konsumen merasa puas akan kualitas produk dan hasil produk yang didapatkan selama 1 bulan mengkonsumsi Herbalife.

Perubahan persepsi konsumen secara positif berdampak pada keputusan pembelian ulang (*rebuy*) produk-produk Herbalife.

### **Hambatan Dan Kelemahan Penelitian**

Beberapa sampel merasa jenuh karena terus mengkonsumsi Herbalife setiap hari selama 1 bulan sebagai pengganti sarapan dan makan malam. 2)Beberapa sampel mengeluh tentang perubahan porsi makan yang biasanya banyak karbohidrat dan lemak menjadi lebih banyak sayuran dan protein. Kelemahan dalam penelitian ini antara lain : 1)Terbatasnya waktu memonitoring sampel satu persatu sehingga informasi mengenai pengaturan makanan atau asupan energi yang dikonsumsi, sehingga respon masing-masing sampel berbeda satu sama lain. Ini yang menjadikan hasil perbedaan *healthy aging* setiap individu bervariasi. 2) Penelitian ini menuntut adanya kedisiplinan tinggi dan komitmen yang kuat dari sampel. Dan kedisiplinan serta pengetahuan peneliti dalam menangani sampel dengan memberikan konsultasi dan pengetahuan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan Herbalife dan *Healthy aging*. 3) Diperlukan waktu yang lebih lama lagi untuk mengetahui perbedaan *Healthy aging* dengan penggunaan Herbalife pada penderita obesitas.

### **SIMPULAN DAN SARAN**

Simpulan yang dapat di berikan yaitu: berdasarkan dari hasil pengukuran menggunakan timbangan injak merek Tanita selama penelitian, menunjukkan perbedaan *Healthy aging* menggunakan Herbalife pada penderita obesitas dari hasil *Pre-test* dan *Post-test* sampel.

Bagi penderita obesitas, penderita Obesitas sebaiknya selalu

mengonsumsi Herbalife agar mencapai Healthy aging dan Perubahan gaya hidup sehat dan aktif meliputi memenuhi kebutuhan nutrisi seimbang, olahraga teratur dan rutin melakukan cek kesehatan diharapkan benar-benar diterapkan dalam kehidupan sehari-hari agar tercapai *Healthy aging*.

Bagi Masyarakat, agar menerapkan gaya hidup sehat dan aktif untuk menunjang *Healthy Aging*. Menerapkan Pola makan sehat dan rutin memantau kesehatan. Bagi Penelitian selanjutnya diharapkan untuk meneliti lebih lama agar lebih terlihat signifikan perbedaan

Healthy aging nya pada penderita obesitas. Diharapkan penelitian ini tidak hanya meneliti penderita obesitas saja, karena Herbalife selain dapat memberikan dampak yang positif bagi penderita obesitas Herbalife juga dapat dikonsumsi oleh orang yang ber badan normal dari segala usia. Diperlukan pengendalian dan pengontrolan yang ketat terhadap faktor yang mempengaruhi hasil penelitian yaitu : pengaturan makan atau yang biasa disebut meal plan protein chart yang disesuaikan, aktivitas fisik yang teratur, dan kedisiplinan dan komitmen sampel untuk mendapatkan penuaan yang sehat.

#### DAFTAR PUSTAKA

Endang Susanti, Nur Kholisoh. "KONSTRUKSI MAKNA KUALITAS HDUP SHAT (Stdi Fenomenologi pd Anggota Komunitas Herbalife club Sehat Ersandi Jakarta) ." *Jurnal Lugas* 2.1 (2018): 1-12.

Iriantika, Khory Afifah. "Stdi Kualitatif Pngaruh Pemberian Konseling Gizi terhadap Perubahan sikap dan Pemilihan makan pada remaja putri Overweight." *Journal of Nutrition College* 6.1 (2017): 19-27.

J. Paul Peter dan Jerry C. Olson 2014. *Perilaku Konsumen dan Strategi Pemasaran*. Edisi Sembilan

Buku 2. Penerbit: Salemba Empat. Wikipedia. *Wikipedia*. Januari 2015. 1 Februari 2019. <<https://id.wikipedia.org/w/index.php?title=Diet&oldid=14218026>>.

Murti, Bhisma. *Desain dan Ukuran Sampel untuk Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Bidang Kesehatan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2006.

Riadi, Muclisin. *Pengertian, Jenis dan Faktor Penyebab Obesitas*. 01 2016. 05 maret 2019. <<https://www.kajianpustaka.com/2016/01/pengertian-jenis-faktor-penyebab-obesitas.html>>.

